Windows-10-Backup ohne Dritt-Software erstellen

Ist Windows beschädigt, startet nicht mehr oder sind wichtige Daten erst mal weg, ist der Ärger groß. Beugen Sie daher vor und sichern Sie Ihre Daten und Ihr System mit Bordmitteln.

Die eigenen Dokumente regelmäßig zu vervielfältigen und an anderen Orten zu speichern, ist aus zwei Gründen unerlässlich: Einerseits, um bei eigenen Fehlern als auch bei Defekten des Systems gewappnet zu sein. Denn immer wieder passiert es, dass man wichtige, noch benötigte Dateien endgültig löscht, dass ein Festplattendefekt eine komplette Windows-Installation unbrauchbar macht oder dass Daten auf externen Datenträgern überschrieben werden. Zum anderen häufen sich in letzter Zeit die Meldungen über den Befall von Rechnern mit Erpressersoftware, sogenannter Ransomware. Das sind spezielle Virenprogramme, die die Festplatte verschlüsseln und die Daten erst nach Zahlung eines Lösegeldes wieder freigeben.

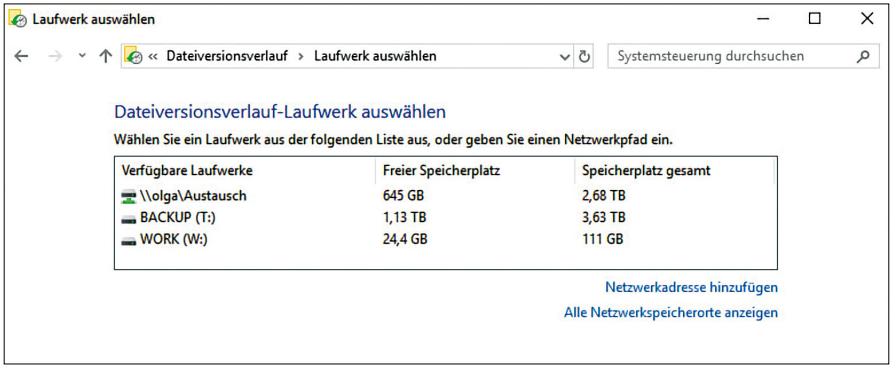
Beide Male ist der tatsächlich entstandene Schaden überschaubar, wenn Sie auf eine Datensicherung zurückgreifen können. Im schlimmsten Fall müssen Sie Windows und Ihre Anwendungen neu installieren, Ihre gespeicherten Informationen sind jedoch unbeschädigt verfügbar. Dann ist es praktisch, wenn Sie eine Systemsicherung abrufbar haben, mit der Sie Ihre vorherige Konfiguration wieder im Originalzustand auferstehen lassen. Doch ganz gleich, ob Sie nun einzelne Dateien oder das gesamte System sichern wollen: Windows 10 selbst bringt die passenden Tools dafür mit.

Datensicherungsmethoden von Windows 10 im Überblick

❯ Methode	❯ Wo zu finden	❯ Vorteile	❯ Nachteile
Dateiversionverlauf	Systemsteuerung	Speichert mehrere Versionen der bearbeiteten Dateien	Berücksichtigt nur Inhalte der Bibliotheken
Onedrive	C:/Benutzer/[Benutzername]/Onedrive	Automatische Sicherung	Langsame Geschwindigkeit
Systemwiederherstellung	Systemsteuerung / Wiederherstellung / Systemwiederherstellung öffnen	Schnelle Rückkehr zur vorherigen Konfiguration	Detailliert konfigurierbar, komplettes Image
Sichern und Wiederherstellen	Systemsteuerung / Sichern & Wiederherstellen (Windows 7)	Sichert nur Systemdateien	Erzeugt oft große Datenmengen

Dateiversionsverlauf: So holen Sie einzelne Dateien zurück

Falls Sie aus Versehen Dateien löschen, finden Sie sie in den meisten Fällen im Papierkorb wieder. Was aber, wenn Sie ein Dokument bearbeitet und gespeichert haben und später feststellen, dass Sie die Originalversion noch benötigt hätten? Dann hilft Ihnen der **Dateiversionsverlauf** von Windows weiter. Er ist bereits seit Version 8 Bestandteil des Betriebssystems und hat nur einen Nachteil: Sie müssen ihn zunächst aktivieren, in der Voreinstellung ist er ausgeschaltet.

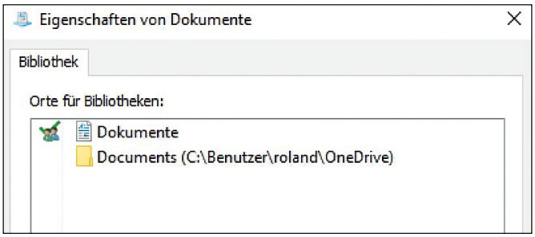


› Der Dateiversionsverlauf von Windows speichert die Änderungen auch auf Netzwerkfreigaben oder NAS-Laufwerken.

Der Dateiversionsverlauf ersetzt die Schattenkopien, die es noch in Windows 7 gab. Diese Funktion arbeitete etwas anders und sicherte bei bearbeiteten Dokumenten die verschiedenen Versionsstände, indem sie lediglich die veränderten Teile der Datei speicherte. Dafür verwendete sie das Laufwerk, auf dem sich die Files selbst befanden, was natürlich keinen Schutz bei Beschädigungen bot. Der Dateiversionsverlauf hingegen verlangt für seine Sicherungen explizit ein separates physisches Laufwerk wie etwa eine zweite Festplatte, ein USB-Laufwerk oder eine Netzwerkfreigabe. Sie können natürlich auch ein NAS-Laufwerk als Sicherungsziel angeben, sogar der interne NAS-Speicher einer Fritzbox wird akzeptiert.

Sie finden die Funktion in der Systemsteuerung. Klicken Sie doppelt auf *„Dateiversionsverlauf"* und wählen Sie *„Laufwerk hinzufügen"*. Markieren Sie das gewünschte Sicherungsmedium, und bestätigen Sie mit *„OK"*. Windows überträgt nun Kopien Ihrer Dateien auf das ausgewählte Laufwerk und legt sie im Ordner *„FileHistory"* ab. Dabei versieht es sie automatisch mit dem aktuellen Datum. Sobald die Files

verändert werden, erzeugt es weitere Kopien. Die vorherige Version finden Sie dann immer auf dem Sicherungslaufwerk.



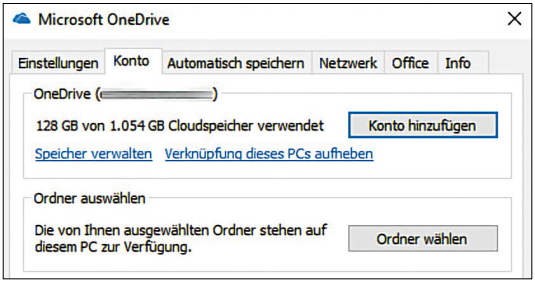
› Mit dem Dateiversionsverlauf sichern Sie lediglich die Ordner und Dateien in Ihren Bibliotheken. Sie können ihnen jedoch beliebige Verzeichnisse hinzufügen.

Wichtig: Der Dateiversionsverlauf schützt lediglich die Dateien, die Sie in Ihren Bibliotheken abgelegt haben. Sie finden sie im Windows-Explorer, die Unterordner tragen Bezeichnungen wie *„Bilder"*, *„Dokumente"*, *„Eigene Aufnahmen"*. Öffnen Sie diese Ordner, und sehen Sie nach, welche Unterordner darin enthalten sind. Falls Sie Ihre Dateien in anderen Verzeichnissen speichern, können Sie die Bibliotheken und damit die Sicherungen des Dateiversionsverlaufs damit erweitern. Klicken Sie dazu eine der Bibliotheken wie etwa *„Dokumente"* mit der rechten Maustaste an, gehen Sie auf *„Eigenschaften"* und klicken Sie im folgenden Fenster auf *„Hinzufügen"*. Markieren Sie das gewünschte Verzeichnis, klicken Sie auf *„Ordner aufnehmen"* und schließen Sie das Fenster mit *„OK"*.

Microsofts Cloudspeicher als Sicherungsmedium

Onedrive (*https://onedrive.live.com/about/de-de/*) ist der Cloudspeicher für private Anwender von Microsoft. Sie bekommen bei OneDrive insgesamt 5 GB freien Speicherplatz kostenlos, für zwei Euro im Monat gibt es 50 GB. Ein Abonnement von Office 365 umfasst sogar ein Terabyte Speicher.

Die Verbindung zu Onedrive ist in Windows 10 fest integriert und wird bei der Installation per Voreinstellung aktiviert. Überprüfen können Sie das über die in Windows integrierte Onedrive-App: Tippen Sie *„Onedrive"* in das Suchfeld ein, und starten Sie das gleichnamige Tool.



› Nach einem Rechtsklick auf das Onedrive-Icon im Systray und die Auswahl von „Einstellungen" zeigt Ihnen das Programm Details zu der Sicherung an.

Folgen Sie nun den Anweisungen des Assistenten. Sie benötigen für Onedrive ein Microsoft-Konto, das Sie eventuell noch einrichten müssen.

Windows 10 bietet eine Synchronisationsfunktion für Onedrive an. Sämtliche Dateien und Ordner, die Sie im Verzeichnis „Onedrive" ablegen – Sie finden es im Windows-Explorer als Unterordner von *„Desktop"* sowie über den Pfad *„C:\Benutzer\[Benutzername]\Onedrive"* – werden nach dem Start der App mit dem Onlinedienst abgeglichen und aktualisiert. Es genügt also nicht, dass Sie Ihre Dateien einfach in das Onedrive-Verzeichnis kopieren, Sie müssen auch das Programm explizit aufrufen.

› Welche Ordner aus Ihrem Onedrive-Speicher mit Ihrem PC synchronisiert werden soll, können Sie selbst festlegen.

Den Fortschritt sehen Sie dann nach Überfahren des Onedrive-Icons im Systray der Taskleiste. Nach einem Rechtsklick darauf können Sie über *„Einstellungen / Konto / Ordner wählen"* einzelne Verzeichnisse in Ihrem Onedrive-Ordner von der Synchronisation ausnehmen. Gemäß Voreinstellung werden auch die Inhalte in Ihren Bibliotheken *„Bilder"*, *„Dokumente"* und *„Musik"* nach Onedrive kopiert, doch das können Sie abschalten.

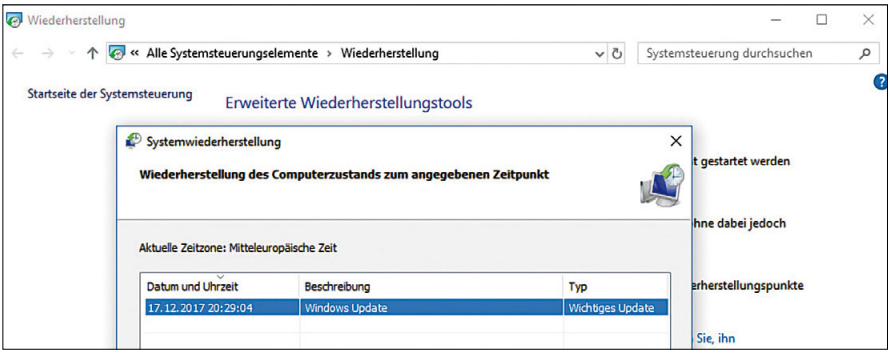
Der große Nachteil von Onedrive gegenüber anderen Sicherungsmedien ist die langsame Geschwindigkeit: Microsoft hat offenbar eine Bandbreitenbegrenzung eingebaut. Eine regelmäßige Sicherung größerer Datenmengen scheidet damit aus, für Textdokumente und einige Bilder ist der Dienst jedoch durchaus zu gebrauchen. Wenn Sie also etwa in Word den Onedrive-Ordner als Standard-Speicherort definieren, besitzen Sie immer eine Sicherungskopie Ihrer Arbeit.

Zurück zur heilen Systemkonfiguration

Wenn bei der Installation eines Treibers etwas schiefgegangen ist oder eine schlampig programmierte Software Systemfehler verursacht und die Deinstallation verwei-

gert, dann ist das ein Fall für die **Systemwiederherstellung**. Dieses altbekannte Programm sichert im Hintergrund Images der aktuellen Windows-Konfiguration. Jedes Mal, wenn ein Update oder ein Patch eingespielt wird, legt es zuvor ein Abbild an. Aber auch externe Programme wie etwa der **Revo Uninstaller** (*www.revouninstaller.com/revo_uninstaller_free_download.html*) greifen auf die Funktion zu. Bei größeren oder schwerwiegenden Änderungen an Windows ist es ebenfalls ratsam, selbst einen Wiederherstellungspunkt anzulegen.

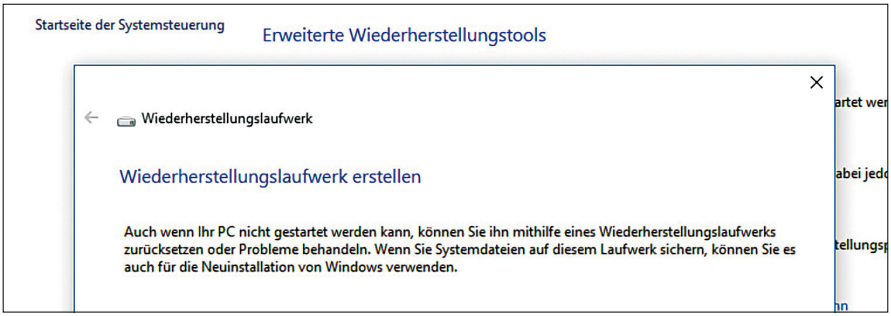
Sie erreichen die Systemwiederherstellung, indem Sie *„Wiederherstellung"* in das Suchfeld eintippen und anschließend auf *„Systemwiederherstellung öffnen"* klicken. Nach einem Klick auf *„Weiter"* erreichen Sie die Übersicht der Wiederherstellungspunkte. Windows reserviert für die Sicherungen einen kleinen Teil der Festplatte. Sobald dieser Speicherplatz voll ist, werden die ältesten Sicherungen überschrieben. Achtung: Falls auf der Platte nicht mehr genügend freier Platz ist, wird die Systemwiederherstellung deaktiviert.



› Mittels Wiederherstellungspunkte kehren Sie per mausklick zu einem zuvor gespeicherten Computerzustand zurück. Ihre Dateien im Benutzerordner bleiben dabei erhalten.

So geht's

In der Übersicht der Wiederherstellungspunkte aktivieren Sie die Option *„Weitere Wiederherstellungspunkte anzeigen"*. Markieren Sie einen Eintrag, klicken Sie auf *„Weiter"* und *„Fertig stellen"*. Windows startet neu und stellt beim Hochfahren die alte Umgebung wieder her. Dabei restauriert das Programm neben Registry, Systemdateien und Treibern auch die installierten Anwendungen. Ihre Dokumente dagegen rührt es nicht an. Die Systemwiederherstellung ist damit gut geeignet für die Reparatur eines nicht mehr einwandfrei funktionierenden Windows-Rechners. Als Ersatz für ein Backup geht sie nicht durch.



› Mit einem Wiederherstellungslaufwerk auf USB-Stick können Sie Ihren Rechner auch dann wiederherstellen, wenn er sich nicht mehr starten lässt.

Eine Variante der Systemwiederherstellung ist das Anlegen eines Wiederherstellungslaufwerks. Dabei handelt es sich quasi um eine externe Systemsicherung, die auf einem USB-Stick abgelegt wird. Windows macht diesen Stick zudem bootfähig, so dass Sie Ihre aktuelle Konfiguration in einem Rutsch wieder zum Leben erwecken können. Sie benötigen dafür einen USB-Stick mit einer Kapazität von mindestens 8 GByte. Stecken Sie ihn ein und geben Sie den Befehl *„Wiederherstellungslaufwerk erstellen"* in das Suchfeld ein. Setzen Sie ein Häkchen vor *„Sichert die Systemdateien auf dem Wiederherstellungslaufwerk"*, und folgen Sie den weiteren Anweisungen des Assistenten.

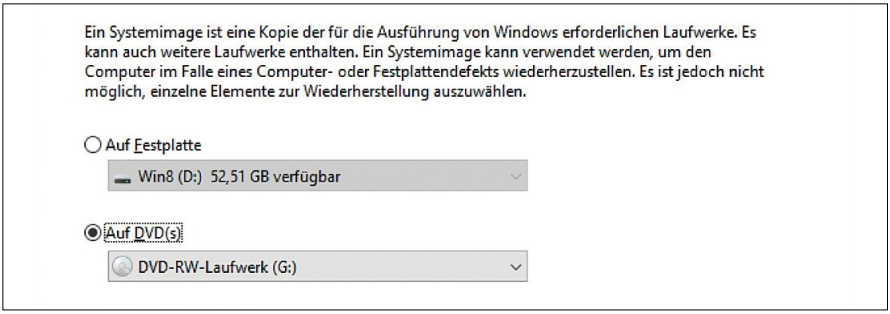
Das klassische Backup mit „Sichern und Wiederherstellen"

In Windows 7 existierte noch ein Standardprogramm fürs Backup , das Microsoft jedoch bei Windows 8.x zugunsten des Dateiversionsverlaufs herausnahm. Nach Protesten der Anwender wurde es in Windows 10 wieder aufgenommen. Sie erreichen es, indem Sie *„Sichern und Wiederherstellen (Windows 7)"* ins Suchfeld der Taskleiste eingeben und auf den Eintrag des gleichnamigen Programms klicken.

Das folgende Fenster bietet gleich drei Sicherungsfunktionen an: Auf der rechten Seite führt Sie ein Klick auf *„Sicherung einrichten"* zu einem klassischen Backup inklusive Image-Datei. In der linken Spalte sehen Sie dagegen zum einen die Verknüpfung *„Systemabbild erstellen"*, über die Sie einfach nur ein Image Ihrer Systempartition anlegen. Zum zweiten finden Sie dort den Befehl *„Systemreparaturdatenträger erstellen"*, mit dem Sie eine bootfähige CD oder DVD erzeugen, die Ihnen beim Wiederherstellen einer defekten Windows-Installation hilft.

Klicken Sie auf *„Sicherung einrichten"* und wählen Sie aus der folgenden Liste ein Laufwerk aus. Das Programm akzeptiert alle internen und externen Datenträger mit einer gewissen Mindestgröße. Falls Sie Ihre externe Festplatte noch nicht angeschlossen hatten, sollten Sie das jetzt erledigen und anschließend auf *„Aktualisieren"* klicken. Über den Button *„In Netzwerk speichern"* können Sie auch eine Sicherung auf einer Netzwerkfreigabe einrichten. Sie können die Sicherung sogar auf DVD brennen, Windows verteilt die Daten in diesem Fall auf mehrere Rohlinge.

Sobald Sie sich für ein Sicherungsziel entschieden haben, klicken Sie auf *„Weiter"*. Im nächsten Fenster sollten Sie nicht die *„Auswahl durch Windows"* übernehmen, sondern *„Auswahl durch Benutzer"* markieren. Nach einem Klick auf *„Weiter"* können Sie dann genau angeben, welche Ordner das Programm sichern soll. Oft ist es besser, die Häkchen unter *„Datendateien"* zu löschen und unter *„Computer"* gezielt die Ordner mit den tatsächlich noch benötigten Files auszuwählen.



❯ Windows akzeptiert auch DVDs als Speichermedien für seine Images. Bei großen Installationen können allerdings einige Dutzend erforderlich sein.

Darunter sehen Sie die Option *„Systemabbild von Laufwerken einschließen"*. Damit weisen Sie Windows an, ein Image Ihrer Systempartition anzulegen. Dafür spricht, dass Sie damit Ihre komplette Windows-Installation wiederherstellen können. Bedenken Sie jedoch, dass ein solches Image sehr viel Platz einnimmt, der Kopiervorgang auf externe Medien mehrere Stunden dauern kann und die Sicherungen durch Updates und die Installation neuer Programme sehr schnell veralten.

Im letzten Fenster des Assistenten können Sie nach einem Klick auf *„Zeitplan ändern"*, wann die Sicherung wiederholt werden soll. Durch Deaktivieren von *„Sicherung auf Basis eines Zeitplans ausführen"* können Sie sich aber auch für ein einmaliges beziehungsweise unregelmäßiges Backup entscheiden. Klicken Sie dann auf *„Einstellungen speichern und Sicherung ausführen"*, um mit dem Vorgang zu be-

ginnen. Windows speichert das Backup nun auf dem angegebenen Laufwerk in einem Ordner mit dem Namen *„WindowsImageBackup"*. Während des Kopiervorgangs können Sie normal weiterarbeiten.

Windows-Backup und Image zurückspielen

Um Daten eines Windows-Backups wiederherzustellen, klicken Sie unter *„Sichern und Wiederherstellen (Windows 7)"* auf *„Eigene Dateien wiederherstellen"*. Wie können Sie nun aber ein Image wieder zurückspielen? Falls Ihr Windows-System noch funktioniert, rufen Sie den internen Reparaturmodus auf. Öffnen Sie das Startmenü, klicken Sie auf *„Ein/Aus"*, halten Sie die Shift-Taste gedrückt und klicken Sie auf *„Neu starten"*. Windows bootet nun neu und präsentiert Ihnen anschließend einen blauen Auswahlbildschirm. Wählen Sie dort *„Problembehandlung / Erweiterte Optionen / Systemimage-Wiederherstellung"*. Windows startet noch einmal neu und zeigt wieder einen blauen Bildschirm. Wählen Sie dort Ihr Benutzerkonto aus, geben Sie Ihr Kennwort ein, und klicken Sie auf *„Fortsetzen"*. Im folgenden Fenster zeigt Ihnen Windows Informationen zu Ihrem letzten Image an. Markieren Sie *„Systemabbild auswählen"*, falls Sie auf eine andere Sicherung zurückgreifen möchten. Nach einem Klick auf *„Weiter"* können Sie weitere Optionen einstellen, normalerweise können Sie jedoch die Voreinstellungen übernehmen. Nach Klicks auf *„Weiter"* und *„Fertig stellen"* beginnt Windows dann mit dem Überspielen des Image.

> **Achtung:** Beim Kopieren eines Systemabbilds werden sämtliche Dateien überschrieben, also auch eventuell neuere Dokumentenversionen durch die Versionen im Image. Falls möglich, sollten Sie diese Files daher zuvor auf ein anderes Laufwerk kopieren.

Images kommen aber häufig dann zum Einsatz, wenn wegen eines Defekts oder Neukaufs der Umzug auf eine neue Festplatte ansteht. In diesem Fall müssen Sie bei der Wiederherstellung anders vorgehen, denn Sie benötigen ein bootfähiges Medium, das zudem etwas mit Ihrer Image-Datei anfangen kann. Dieses Medium heißt unter Windows *„Systemreparaturdatenträger"* und wird als bootfähige DVD angelegt. Dabei hilft Ihnen ein Assistent, Sie finden ihn im Fenster *„Sichern und Wiederherstellen (Windows 7)"* auf der linken Seite. Falls Windows dann nicht mehr startet, booten Sie von der DVD, stellen Deutsch als Sprache ein und wählen die Option zum Zurückspielen eines Systemabbilds aus.

Roland Freist