

Passwortsicherheit - Wann muss das Passwort geändert werden und was gibt es dabei zu beachten?

1. Checkliste

Passwort muss geändert werden:

1. Nach erstmaliger Anmeldung unter einer Nutzerkennung durch Verwendung des Initial-/Einmalpassworts
2. Bei (auch nur geringstem) Verdacht auf Kenntnisnahme des Passwortes durch einen unberechtigten Dritten
3. Bei entsprechender Aufforderung zur Änderung durch das jeweilige System
4. Passwörter dürfen keine leicht ermittelbaren Daten aus dem persönlichen Umfeld beinhalten, wie z.B. Name, UserId, Geburtsdatum, Kostenstelle, OE-Name.
5. Es sollen keine Passwörter zur Anwendung kommen, die auch für den Zugang zu privaten Accounts genutzt werden.
6. Bei der Wahl des Passwortes sollen aus Wörterbüchern stammende Begriffe vermieden werden.
7. Zyklische Passwörter sollten vermieden werden (z.B. Passwortfolge „Muster01“, „Muster02“...). Es sollten bei der Wahl der Passwörter keine Tastaturfolgen („QWERTZ“, „asdfgh“), Zahlenfolgen oder Alphabetfolgen („Abcdefghi1“) verwendet werden.
8. Verwenden Sie unterschiedliche Passworte für verschiedene Dienste/Anwendungen.

2. Tipps – Wie kannst du dir es gut merken.

Der Lieblingssatz-Hack:

Nimm einen Satz den du dir gut merken kannst – z.B.: „Mein erster Hund hieß Bello und wurde 12 Jahre alt.“ Jetzt nimm den ersten Buchstaben jedes Wortes und ein paar Zahlen: „MeHhBuW12Ja“. Optional kannst du Sonderzeichen einbauen oder Wörter leicht abwandeln: „MeHh!BuW12J@“.

Das Ergebnis: Ein starkes Passwort mit persönlichem Bezug – aber für Außenstehende nicht erratbar.

Der System-Hack für viele Passwörter (mit Erkennungszeichen):

Erstelle ein Grundpasswort, z. B. aus einer Mischung wie oben – und füge dann pro Website eine erkennbare, standardisierte Ergänzung hinzu. **Beispiel:**

Grundpasswort: „MeHh!BuW12J@“

Für Amazon: „MeHh!BuW12J@-Amz“

Für Instagram: „MeHh!BuW12J@-Insta“

Für Netflix: „MeHh!BuW12J@-Nfx“