



Komfort oder Kontrolle?

Was smarte Technik im Haushalt sichtbar macht und wen das besonders betrifft

Smarte Technik im Haushalt kann besonders Frauen auf zwei Arten betreffen – während einer Beziehung und lange danach.

In der Forschung zeigt sich ein wiederkehrendes Muster: In Haushalten mit Smart-Home-Systemen liegen die Einrichtung und Verwaltung sehr häufig bei einer Person, und das ist überwiegend der männliche Partner. Weitere Haushaltsmitglieder nutzen die Technik dann, ohne sie selbst eingerichtet zu haben und ohne vollständigen Überblick, was im Hintergrund erfasst wird. Nicht weil es ihnen an Fähigkeiten fehlt, sondern weil technische Entscheidungen im Haushalt strukturell oft einer Person überlassen werden. Dabei entsteht bereits im laufenden Zusammenleben ein sehr konkretes Bild vom Alltag aller Bewohner*innen – wer wann zu Hause ist, wann das Licht ausgeht, wann die Heizung läuft.

Was oft übersehen wird: Dieses Bild kann auch nach einer Trennung noch sichtbar bleiben. Ein Beispiel: Als sie sich trennen, zieht er aus. Sie ändert das WLAN-Passwort, räumt seine Sachen aus dem Schrank, beginnt neu. Was sich nicht ändert, weil sie nicht daran denkt: Die smarten Steckdosen,

die er eingerichtet hat, laufen noch immer über sein Konto. Auch die Heizungssteuerung. Und der Bewegungsmelder im Flur. Drei Monate nach der Trennung sieht er noch immer, wann sie abends nach Hause kommt und wann das Licht ausgeht.



Was sich aus Alltagsdaten ableiten lässt

Schon ohne Kamera oder Mikrofon lassen sich erkennen:

- wer sich wann in welchen Räumen aufhält
- Tagesabläufe und Gewohnheiten
- Schlaf- und Aktivitätszeiten
- Nutzung von Geräten und Routinen

Auch ohne Kameras entsteht so ein sehr genaues Bild vom Alltag einer Person.



»Ja, vor allem mit dem Sensor an der Tür – da sieht man ja, wie oft man die Wohnung verlässt und um welche Uhrzeiten.«

Typische Aussage von Betroffenen von Überwachung zu Hause

Was das für den Alltag bedeutet

Smart Home verändert nicht nur, wie Geräte funktionieren, sondern auch, wie Wissen im Haushalt verteilt ist. Wer ein System einrichtet, entscheidet oft auch über Einstellungen, Datenflüsse und Zugriffsmöglichkeiten. Andere sind davon betroffen, ohne denselben Überblick oder Einfluss zu haben.

Diese Unterschiede verlaufen häufig entlang bestehender Rollen im Haushalt. Technisch verantwortliche Personen gewinnen zusätzliche Kontrolle, während andere stärker sichtbar werden, ohne es zu aktiv entschieden zu haben. Die Dynamik wirkt eher beiläufig: durch kleine Einblicke, durch Mitwissen, durch die Möglichkeit, Dinge nachzuvollziehen.

Was du konkret tun kannst

Ein erster Schritt ist, sich bewusst zu machen, wie das eigene Smart Home organisiert ist: Wer hat Zugriff auf welche Daten, und wer kann Einstellungen verändern? Manchmal zeigt sich dabei, dass Wissen und Kontrolle ungleich verteilt sind.

Ebenso wichtig ist es, den Umgang mit Technik gemeinsam zu besprechen. Fragen wie „Wer kann eigentlich sehen, was hier passiert?“ oder „Wollen wir das wirklich so einstellen?“ können helfen, ein gemeinsames Verständnis zu schaffen. Wer Zugang zu Apps und Einstellungen einfordert, tut das zu Recht.

Darüber hinaus kann es sinnvoll sein, bewusst Grenzen zu setzen: etwa indem bestimmte Funktionen deaktiviert werden oder Daten nicht dauerhaft gespeichert bleiben. Nicht das umfangreiche Nutzen jeder möglichen Funktion sollte Priorität haben, sondern dass darüber gesprochen wird, was wünschenswert und angemessen ist.

Wenn es mehr als Ungleichgewicht ist

In manchen Situationen geht es nicht mehr nur um ungleiche Wissensverteilung. Smarte Technik kann – bewusst eingesetzt – auch zur Kontrolle werden: Wer sich in einer Situation befindet, in der Technik zur Überwachung oder Einschüchterung genutzt wird, findet Unterstützung bei Beratungsstellen für Betroffene häuslicher Gewalt – zum Beispiel beim Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“: 116 016 (kostenlos, 24 Stunden)

Kurz gesagt

Smart Home kann den Alltag erleichtern. Aber es verändert auch, wer was über wen weiß. Ein gemeinsamer Wohnraum ist auch ein gemeinsamer Datenraum. Mitreden beginnt mit Mitwissen und mit der Möglichkeit, mitzuentcheiden.



Woran du Ungleichgewicht erkennst

- Eine Person verwaltet alle Geräte und Zugänge
- Andere wissen wenig über Funktionsweise oder Daten
- Entscheidungen über neue Technik werden allein getroffen
- Der Wunsch, Einstellungen zu kennen oder zu ändern, wird nicht ernst genommen

Smart Home wird dann schnell zum Ein-Personen-System mit Auswirkungen für alle.

