

Neuanfang mit Feingefühl und Verständnis:

der gemeinsame Weg zur Regelung des Nachlasses



eBay.de mit Midjourney

Im Laufe des Lebens sammelt sich in unseren Wohnungen und Häusern eine Vielzahl von Gegenständen an, die mehr sind als bloße Objekte. Sie sind Zeugen der Zeit, Erinnerungsstücke, und oft mit Gefühlen verknüpft.

Die Regelung des Nachlasses ist entsprechend ein sensibles Thema, das selten angesprochen und oft gemieden wird. Für viele ist dies eine nicht zu unterschätzende emotionale Aufgabe. Sich von Dingen zu trennen, ist mehr als nur eine körperliche Aufgabe: Die emotionale Auseinandersetzung erfordert Respekt, Geduld und Verständnis.

Oft wird der Prozess des Sortierens und Loslassens als schmerzhaft und zugleich befreiend erlebt. Gemeinsam und behutsam angegangen, kann die Erfahrung aber bereichernd und verbindend sein. So gelingt es am Ende, nicht nur Räume, sondern auch Herzen zu erleichtern.

Unsere Gesellschaft wird immer älter

Bis Mitte der 2030er-Jahre wird in Deutschland die Zahl der Menschen im Rentenalter (ab 67 Jahren) auf mind. 20 Millionen steigen.¹ Die Zahlen verdeutlichen nicht nur, dass unsere Gesellschaft immer älter wird, sondern auch, dass immer mehr Menschen für das Alter und den Ernstfall vorsorgen sollten. So ist im Fall des Falles Platz und Raum – im wahrsten Sinne des Wortes – für emotionale Unterstützung und die organisatorischen Pflichten sind deutlich geringer.



Feingefühl und Empathie sind der Schlüssel für eine gemeinsame Zielerreichung

Prof. Dr. Verena Klusmann-Weißkopf ist Professorin für Gesundheitsförderung und Prävention an der Hochschule Furtwangen und Expertin für psychologische Gesundheitsförderung über die Lebensspanne und bis ins hohe Alter. Sie weiß:

„*Unser Umfeld spielt eine ganz wichtige Rolle, wenn es darum geht, gut alt zu werden. Altern, Tod und Sterben dürfen keine Tabuthemen sein. Es muss Raum geben, Sorgen, Ängste und auch Hoffnungen zu teilen – so können wir uns gut und ohne Unbehagen oder Angst auch mit dem Thema Älterwerden konstruktiv auseinanderzusetzen. Das hilft uns, flexibel und offen zu bleiben. Und wir sollten ermutigt werden, ein Leben lang neue Ideen zu entwickeln, Neues auszuprobieren und Pläne in die Tat umzusetzen.*“

Tabuthema Haushaltsauflösung

62%

der Deutschen, die in einer von eBay.de in Auftrag gegebenen YouGov-Umfrage befragt wurden,² geben an, sich mit dem Thema Haushaltsauflösung noch nicht beschäftigt zu haben. Die Hälfte (49 %) aller Befragten sehen mit Abstand die emotionale Belastung als Hauptgrund für das Hinauszögern.

¹https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2022/12/PD22_511_124.html (Zugriff: 03.04.2024).

²Die verwendeten Daten beruhen auf einer Online-Umfrage der YouGov Deutschland GmbH, an der 2.047 Personen zwischen dem 15. und 17.03.2024 teilnahmen. Die Ergebnisse wurden gewichtet und sind repräsentativ für die deutsche Bevölkerung ab 18 Jahren.

Gemeinsam in die Zukunft: Generationen-übergreifend eine Haushaltsauflösung meistern.

Egal, ob aus Vermeidungsgründen oder aufgrund fehlender Weitsicht: Wichtig ist, dass das Thema rechtzeitig und gemeinsam angegangen wird. Die Tipps der Expertin:



eBay.de mit Midjourney

- 1. Auf den Gedanken einlassen** – Sollte die Idee, Sachen auszusortieren, sich nicht auf Anhieb gut anfühlen, horchen Sie in sich hinein: Ist es die Angst vor dem „großen Berg“ oder Dinge unwiederbringlich zu verlieren? Die Gedanken auf mögliche Vorteile zu richten, kann helfen: Was könnte das Gute daran sein? Was muss geschehen, damit Sie denken können: „Warum eigentlich nicht?“
- 2. Ein guter Zeitpunkt für ein erstes Gespräch** – Das Thema eignet sich gut, um es gemeinsam mit einer vertrauten Person anzugehen. Damit dies gelingen kann, braucht es einen ungestörten Ort, einen möglichst entspannten Gemütszustand und die nötige Aufmerksamkeit.
- 3. In kleinen Schritten planen** – Sich fordern, aber wohl dosieren. Es gilt, zu überlegen, welcher „Ecke“ sich zuerst gewidmet werden soll. Zu viel auf einmal zu wollen, kann überfordern und den Kopf blockieren – und schlussendlich das Projekt zum Scheitern bringen.
- 4. Nichts überstürzen** – Ganz grob nach „loslassen“, „behalten“, „jemandem anbieten/verkaufen“ und „noch nicht sicher“ sortieren. Energie- und Motivationsschübe können dann genutzt werden, um vorzusortieren und Entscheidungen zu treffen. Tipp: Eine Nacht Bedenkzeit kann im Zweifel oft helfen.
- 5. Anderen etwas Gutes tun** – Was für die einen ein Loslassen bedeutet, macht den anderen eine Freude. Gut zu wissen: Anderen Gutes zu tun, ist ein ureigenes Handlungsmotiv des Menschen. Es steigert nachweislich unseren eigenen Selbstwert und erfüllt uns mit Zufriedenheit und Stolz.



„Pläne zu schmieden und in die Tat umzusetzen geht deutlich besser, wenn wir uns gut aufgestellt und stark fühlen, also in Zeiten, in denen wir möglichst unbelastet sind. Ressourcen aufzubauen in belastungsfreien Zeiten ist wichtig, um unsere Resilienz zu stärken – das zeigt auch die Gesundheitsforschung. Durch diese aufgebauten Schutzfaktoren sind wir gestärkt und können Herausforderungen konstruktiv und proaktiv angehen.“

Prof. Dr. Verena Klusmann-Weißkopf

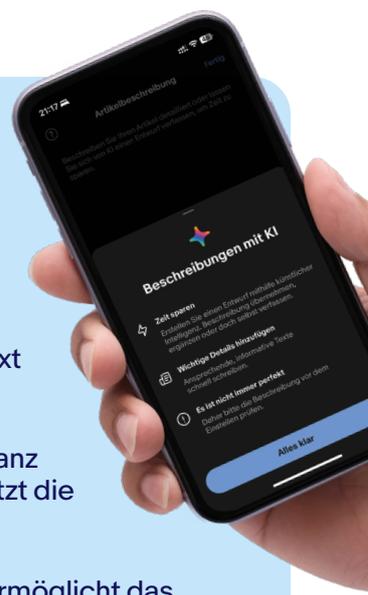


eBay.de mit Midjourney

- 6. Ziele setzen und einhalten** – Erreichbare und bewältigbare Aufgaben vornehmen und überlegen: Wann, wo und wie soll sortiert werden? Dann mit anderen über diese Pläne zu sprechen und sich zu konkreten Zeitpunkten verabreden, kann helfen.
- 7. Erfolge bewusst erleben** – Aufzuräumen ist etwas sehr Befriedigendes und Befreiendes. Es lohnt sich, diesen Schritt bewusst zu erleben und nachzuspüren, wie gut sich das anfühlt. Beim Ordnen von Dingen werden gleichzeitig auch die Gedanken sortiert. Es entsteht Platz für neue Ideen und durchaus auch für Zukunftspläne.
- 8. Das Wir-Gefühl herstellen** – In den Genuss kommen, gemeinsam in Erinnerungen zu schwelgen. Das lässt die ursprünglichen guten Gefühle wieder aufleben und tut einfach gut. Jedes Erinnern verankert die Erlebnisse fester in unserem Gedächtnis und stärkt unsere Beziehungen.
- 9. Flow erleben und Kraft einteilen** – Konkrete Zeiten festlegen, in denen sortiert wird. In der Aufgabe zu versinken und Motivation ins Schaffen umzusetzen, fühlt sich gut an.
- 10. Aufgeräumt in die Zukunft blicken** – Nicht umsonst räumen Menschen ganz intuitiv auf, bevor sie sich einer größeren Aufgabe widmen. Diese vorbereitenden Aktivitäten verschaffen die nötige Zeit, um Dinge bildlich abzuschließen und sich für die Veränderung vorzubereiten.

Mit diesen Tipps lässt sich alten Schätzen über eBay.de ein neues Leben schenken

1. Mithilfe von künstlicher Intelligenz geht das Einstellen von Produkten schneller: Nach der Eingabe von Name, Zustand und Details des Produkts kann mit KI eine detaillierte Artikelbeschreibung erstellt werden. Anschließend kann der Text nach Belieben ergänzt und personalisiert werden.
2. Für eine professionellere Darstellung kann via automatische Bildbearbeitung ganz einfach der Hintergrund gegen eine weiße Fläche getauscht werden. Das schützt die Privatsphäre und lässt ungewollte Elemente aus Bildern verschwinden.



eBay Lokal

3. Das Ein- und Verkaufserlebnis eBay Lokal (eBay.de/Lokal) ermöglicht das Kaufen und Verkaufen von Produkten in der eigenen Umgebung. Käufer*innen erhalten einen QR-Abholcode, den der/die Verkäufer*in bei Artikelübergabe mit der eBay-App scannt. Beim Privatverkauf ist er der digitale Handschlag und Basis dafür, dass das Geld ausgezahlt wird und der/die Käufer*in über den eBay-Käuferschutz abgesichert ist.

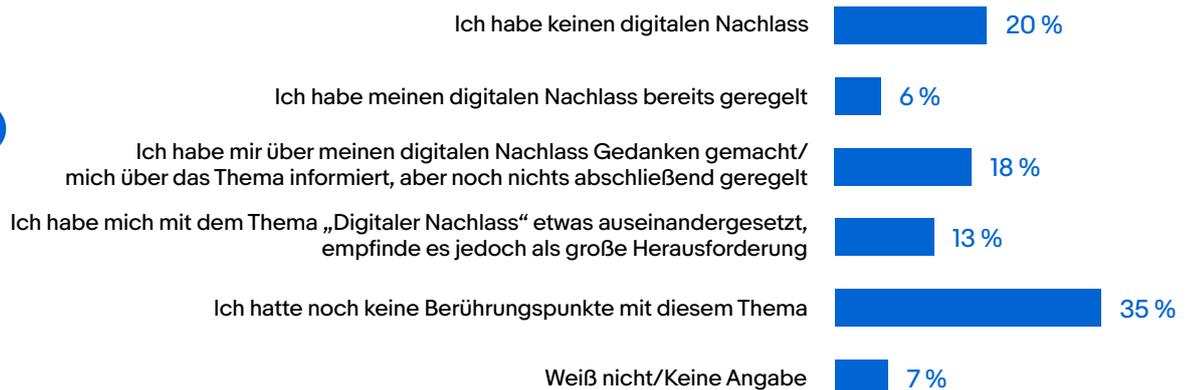
Zeit ist Geld – und das richtige Timing entscheidend

4. Saisonale Produkte, wie Sonnenschirme oder Skiausstattung, verkaufen sich kurz vor Beginn der jeweiligen Saison am besten.
5. Am Monatsanfang sind die Verkaufschancen besonders hoch, denn die Menschen sind in Shoppinglaune, wenn das Gehalt auf dem Konto eingegangen ist.
6. Sonntags sind die meisten eBay-Nutzer*innen auf dem Online-Marktplatz unterwegs. Wenn Sie also via Auktion anbieten, lohnt es sich, diese dann auslaufen zu lassen.
7. Frühmorgens und spät in der Nacht kaufen die wenigsten Leute bei eBay.de. Zu diesen Zeiten fallen Verkaufserlöse geringer aus.
8. Auch das Sportprogramm im TV spielt beim Verkauf der Artikel eine Rolle. Endet eine Auktion während der Sportschau, fällt die Resonanz schlechter aus als sonst.



Den digitalen Nachlass regeln

Nicht nur in den eigenen vier Wänden können Vorkehrungen für das Alter getroffen werden. Was viele vergessen: Auch digital gibt es einige Dinge, die hinterlassen werden. Die aktuelle YouGov-Umfrage² im Auftrag von eBay.de zeigt: Ein Fünftel hat bereits einen digitalen Nachlass wohingegen über ein Drittel noch keine Berührungspunkte mit dem Thema hat.



²Die verwendeten Daten beruhen auf einer Online-Umfrage der YouGov Deutschland GmbH, an der 2.047 Personen zwischen dem 15. und 17.03.2024 teilnahmen. Die Ergebnisse wurden gewichtet und sind repräsentativ für die deutsche Bevölkerung ab 18 Jahren.