

## Die Veränderung von Tod und Trauer

Potenziale und Herausforderungen des Einsatzes von KI

Katrin Döveling

Der Umgang mit Tod und Trauer als eine tiefgreifende menschliche Erfahrung befindet sich durch die Entwicklung von KI in einem bedeutenden Wandlungsprozess. Dieser Artikel untersucht psychologische Erkenntnisse im Zusammenhang mit Tod und Trauer und stellt Chancen und mögliche Risiken sowie ethische Überlegungen von KI-basierter Unterstützung im Trauerprozess auf der Basis anerkannter Modelle und Perspektiven dar (Stroebe und Schut, 1991; 2001; 2010; Neimeyer, 2001; Doka 2008). Denn: Die Integration digitaler Technologien in den Trauerprozess eröffnet neue Möglichkeiten, aber auch Herausforderungen hinsichtlich Ethik, Privatsphäre und emotionaler Unterstützung.<sup>1</sup>

### Psychologische Erkenntnisse und Entwicklung im Umgang mit Tod und Trauer

Das *Dual Process Model* der Trauer (Stroebe und Schut, 1991; 2001; 2010) hebt die oszillierende Bewegung zwischen der Konfrontation mit dem Verlust und der Verarbeitung hervor. Es unterscheidet daher zwei zentrale Prozesse: den »loss-oriented« und den »restoration-oriented« Prozess (Stroebe und Schut, 1991; 1999).

Das Modell betont, dass Trauernde zwischen diesen beiden Polen wechseln, was als »oszillierende Bewegung« (Stroebe und Schut, 2010, S. 276) beschrieben wird. Damit wird das Dual



Adobe Stock

Process Model der Tatsache gerecht, dass Trauer kein linearer Prozess ist, sondern durch wechselnde Phasen der Auseinandersetzung, Vermeidung und des Copings gekennzeichnet ist (Stroebe und Schut, 1991). Das Modell liefert dadurch einen wesentlichen Beitrag zum Verständnis des Trauerprozesses (Döveling, 2017).

Ein weiteres wichtiges Konzept ist das der *Continuing Bonds* (Klass, Silverman und Nickman, 1996). Es legt dar, dass Trauernde auch nach dem Verlust eines geliebten Menschen weiterhin eine emotionale Verbindung zu ihm oder ihr aufrecht erhalten. Anstatt den Tod als endgültiges Ende zu sehen, wird angenommen, dass diese anhaltenden Bindungen den Trauerprozess erleichtern und den Hinterbliebenen helfen, den Verlust zu verarbeiten. Es geht darum, Erinnerungen, Gespräche oder Rituale aufrechtzuerhalten, die die Verbindung zum Verstorbenen bewahren.

Die Verarbeitung des Verlusts eines nahestehenden Menschen beinhaltet dabei im Idealfall vor allem auch zwischenmenschliche Emotionsregulationsprozesse (Gross, 2008; Bowman, Cohen und Döveling, 2021). In diesem Kontext relevant ist das Konzept des *Disenfranchised Grief* (Doka, 1989). Doka hebt hervor, dass die soziale Anerkennung der Trauer eine zentrale Rolle im Trauerprozess spielt. Wenn Trauer nicht anerkannt wird, kann dies zu Stress, Depression und auch Einsamkeit führen.

### **KI-Unterstützung bei *loss-oriented* Prozessen**

KI-basierte Systeme, wie Chatbots oder virtuelle Begleiter, können Trauernden eine sichere Plattform bieten, die es ermöglicht, Gefühle zu äußern, ohne Angst vor gesellschaftlicher Ablehnung oder Überforderung. Durch die Analyse von Texten und Sprachmustern können KI-Systeme emotionale Zustände erkennen und Empathie signalisieren (auch wenn sie selbst nicht fühlen).

Das Zeigen von Verständnis der KI erleichtert die emotionale Verarbeitung, was wiederum die schmerzhaft Konfrontation mit dem Verlust ermöglicht und Trauernden hilft, ihre Gefühle zuzulassen und zu verarbeiten, ein zentraler Bestandteil in der Phase der *loss-orientation*.

### **KI-Unterstützung bei *restoration-oriented* Prozessen**

KI kann praktische Unterstützung in den durch den Tod entstandenen neuen Lebensumständen ermöglichen. Beispielsweise können Empfehlungen für Verarbeitungsstrategien, neue Routinen oder wichtige Ressourcen generiert werden (Shatte, Hutchinson und Teague, 2019). Solche maßgeschneiderten Reaktionen erleichtern und fördern die Flexibilität, die im Dual Process Model (DPM) zentral ist. Zudem können KI-gestützte Anwendungen Zerstreuung bieten, indem sie Aktivitäten vorschlagen oder soziale Verbindungen mit anderen Menschen erleichtern, was den *restoration-oriented* Prozess unterstützt.

### **KI-Förderung der oszillierenden Bewegung**

KI-Systeme können diese Flexibilität fördern, indem sie Trauernden ermöglichen, je nach Erfordernis zwischen emotionaler Konfrontation und praktischer Umsetzung neuer Handlungsmuster zu wechseln. So kann eine KI-Anwendung situationspezifisch emotionale Unterstützung bieten oder mit praktischen Tipps zur Verarbeitung beitragen.

### **KI bei *Disenfranchised Grief* und *Continuing Bonds***

*Disenfranchised grief*, auch bekannt als »entrechtete Trauer«, als nicht anerkannte Trauer, führt dazu, dass Menschen, die einen Verlust erleiden, der von ihrem Umfeld nicht als Trauer auslösend

*Nutzer:innen fühlen sich durch die Interaktion mit Avataren verstanden und unterstützt. So können Avatare Einsamkeit verringern.*

anerkannt wird, nicht die nötige Unterstützung erhalten. Hinzu kommt, dass viele die Beziehung zum Verstorbenen im Sinne der Continuing Bonds (Klass et al., 1996) aufrechterhalten möchten. Hier kann künstliche Intelligenz eine unterstützende Rolle spielen.

KI-basierte Chatbots können Trauernden – zeitlich betrachtet – eine immer verfügbare und kontinuierliche emotionale Unterstützung bieten. KI-Systeme können zudem durch Text- und Sprachanalyse Trauer erkennen und Betroffene darin bestärken, ihre Gefühle zu akzeptieren. Dies kann dazu beitragen, das Gefühl der Einsamkeit und des Mangels an Unterstützung zu verringern und den Trauerprozess zu normalisieren. Für Menschen mit *disenfranchised grief* kann dies bedeuten, dass sie eine sichere Plattform erfahren, die es ermöglicht, ihre Gefühle auszudrücken ohne Angst vor sozialer Ablehnung.

KI kann zudem durch das algorithmische Lernen individuelle Trauermuster analysieren und personalisierte Empfehlungen für Verarbeitungsstrategien geben (Shatte et al., 2019). Dies ist besonders hilfreich, wenn gesellschaftliche Normen zu einer aberkannten Trauer führen. Die Betroffenen können so eine maßgeschneiderte Unterstützung erleben, die auf ihre spezifische Situation eingeht.

Künstliche Intelligenz kann bei der Erhaltung von Bindungen, beispielsweise durch den Einsatz von Avataren, auf vielfältige Weise unterstützen. KI-gestützte Avatare können durch ihr algorithmisches Lernen individuelle Eigenheiten und Verhaltensmuster erkennen und darauf reagieren, was die Bindung zwischen Nutzer und Avatar stärkt. Dies ist besonders relevant in der Betreuung älterer Menschen oder Menschen, bei denen soziale Kontakte eingeschränkt sind.

Systematische Übersichtsarbeiten, die jedoch noch sehr dispers sind, legen zudem nahe, dass die niedrigen Zugangshürden und die unmittelbare Verfügbarkeit entscheidende Faktoren dafür sind, dass KI-basierte Interventionen gerade in vulnerablen Phasen genutzt werden (Feng, et al.,

*KI-gestützte Chatbots und virtuelle Therapeuten können Trauernde begleiten und bei der Emotionsregulation helfen. Zudem können sie bei der Identifikation von Anzeichen einer Depression professionelle Hilfe initiieren.*

2025; Döveling, 2026). Erste empirische Befunde zeigen, dass KI gezielt zur Suche nach emotionaler Unterstützung oder Mentalgesundheits-bezogenen Informationen genutzt wird (McBain et al., 2025; Döveling 2026).

Avatare können emotionale Unterstützung bieten, indem sie Empathie simulieren. Nutzer:innen fühlen sich durch die Interaktion mit Avataren verstanden und unterstützt. So können Avatare Einsamkeit verringern.

KI-basierte Anwendungen können Trauernden ubiquitär und rund um die Uhr zur Seite stehen, indem sie Gespräche simulieren, Erinnerungen an Verstorbene bewahren oder emotionale Unterstützung sowie auch praktische Hilfe bieten. So berichten Jugendliche von einer Linderung von depressiven Symptomen und betonen die gute Verfügbarkeit des KI-Chatbots. Sie erkennen jedoch auch technische und stilistische Probleme, die Entwickler:innen berücksichtigen sollten. Weitere Nutzertests sind daher notwendig, um Chatbots für psychische Gesundheit zu



Adobe Stock

entwickeln, die für Jugendliche attraktiv und relevant sind (Dosovitsky und Bunge, 2023).

KI kann persönliche Termine, Gedenktage, Fotos, Videos und Geschichten, Lieblingsorte sammeln, um individuelle Gedenkseiten und sogar virtuelle Erinnerungsräume anzufertigen. Diese Plattformen, die dann auf dem Handy immer verfügbar sind, ermöglichen es Trauernden, Erinnerungen lebendig zu halten und den Trauerprozess individuell zu gestalten. Sie können die Kontinuität der Beziehung im Sinne der Continuing Bonds zum Verstorbenen fördern und Trost spenden.

### **Therapeutische Anwendungen**

KI-basierte Chatbots wie Replika, EMMA oder Trauer-Bots bieten zu jeder Tages- und Nachtzeit Zugang zur Interaktion. Sie reagieren auf Nutzereingaben, können emotionale Zustände bewerten und tröstende Hilfe geben. So konnten De Freitas et al. (2024) zeigen, dass KI-Begleiter

1. Einsamkeit vermindern,
2. in ihrer *Wirkung* menschlichen Interaktionen vergleichbar sind und
3. das Gefühl beim Betroffenen bewirken, verstanden zu werden.

KI-gestützte Chatbots und virtuelle Therapeuten können Trauernde begleiten und bei der Emotionsregulation helfen. Zudem können sie bei der Identifikation von Anzeichen einer Depression professionelle Hilfe initiieren.

### **Fazit, Herausforderungen und ethische Überlegungen**

Aktuelle Befunde zur Fähigkeit von KI-gestützten Chatbots, psychische Krisen im Kontext von Tod und Trauer zuverlässig zu erkennen und angemessen darauf zu reagieren, sind noch sehr heterogen und weisen klare Grenzen auf (Döveling, 2026) Trotz aller Fortschritte kann KI keine menschliche Empathie ersetzen. Zudem besteht die Ge-

fahr der algorithmischen Voreingenommenheit. Dies kann dazu führen, dass Trauernde sich noch einsamer fühlen, wenn sie nur mit KI interagieren, was den Trauerprozess verzögern, sogar hemmen könnte (Warrrier, Warrrier und Khandelwal, 2023). Die menschliche Komponente ist essenziell für eine gesunde Trauer und KI kann zwar helfen, aber der Mensch ist (noch) nicht ersetzbar.

Wenn Trauernde sich zu sehr auf virtuelle Begegnungen oder KI-Interaktionen einlassen, könnten sie Schwierigkeiten haben, den Verlust anzunehmen und den Verstorbenen loszulassen, was die Belastung und Isolation verstärken kann (Warrrier et al., 2023).

Pichowicz, Kotas und Piotrowski (2025) heben in ihrer Analyse der Nutzung von Chatbots in simulierten suizidalen Gefahrensituationen hervor, dass zu den häufigsten Fehlern die Unfähigkeit zählte, Notfallkontaktinformationen anzugeben, und ein mangelndes Kontextverständnis. Diese Ergebnisse, so die Autoren, geben Anlass zur Sorge hinsichtlich des Einsatzes KI-gestützter Chatbots in sensiblen psychischen Belastungssituationen ohne entsprechende klinische Validierung (siehe Überblick Döveling, 2026). Wenn Warnsignale zudem indirekt geäußert werden, so Arnaiz-Rodriguez et al. (2025), schlagen derzeitige Chatbot-Modelle in der Krisenerkennung häufig fehl oder reagieren unzureichend.

Weitere Herausforderungen zeigen sich etwa beim Schutz der Privatsphäre, Der Umgang mit den Daten Verstorbener stellt ein sehr sensibles Thema dar. Bei der Nutzung persönlicher Informationen ist die Frage nach der Zustimmung, Privatsphäre und dem Schutz der Daten wesentlich (Rias und Ayesha, 2025). Zudem wirft die Möglichkeit, Verstorbene digital weiter »leben« zu lassen, ethische Fragen hinsichtlich Identität und Würde des Verstorbenen auf. Hinzu kommen die Gefahr der Vereinfachung komplizierter emotionaler Prozesse und die Notwendigkeit, kulturelle Unterschiede zu berücksichtigen (Rias und Ayesha, 2025). Das Zeigen von Trauer ist sowohl individuell als auch kulturell sehr unterschiedlich ausgeprägt. KI-Anwen-

dungen müssen diese Feinheiten berücksichtigen, um wirksam zu sein und angemessen zu reagieren.

Öhman und Floridi (2018) heben ebenso hervor, dass derartige Avatare über kommerzielle Plattformen vermittelt werden, was in der Forschung tendenziell vernachlässigt wird. Dies ist problematisch angesichts des Wachstums der Branche.

Angesichts dieser Entwicklung, so die Autoren, wäre folgende Mindestanforderungen an Unternehmen zu gewährleisten: (1) Verbraucher:innen werden darüber informiert, wie ihre Daten nach ihrem Tod angezeigt werden können; (2) Nutzer:innen werden nicht anders dargestellt als der Bot, für den sie sich ursprünglich angemeldet haben; und (3) Nutzer:innen laden nur Daten hoch, die ihnen persönlich gehören, d.as heißt, sie erstellen keine Bots aus den Daten verstorbener Verwandter oder Freunde.

KI bietet vielversprechende Möglichkeiten, um Menschen mit emotionaler Begleitung und praktischer Hilfestellung zu unterstützen. Weitere Forschung und politische wie eine gesamtgesellschaftliche Auseinandersetzung sind *dringend* nötig, die die Dynamik, rasante Entwicklung und ethische Vertretbarkeit dieser Technologien berücksichtigen.



Prof. Dr. phil. habil. **Katrin Döveling** ist Professorin für Kommunikationswissenschaften/Medienkommunikation an der Hochschule Darmstadt. Ihr Forschungsschwerpunkt sind Emotionen in unterschiedlichen Medienumgebungen. Sie hat mit einer internationalen Analyse medial vermittelter Emotionen in Vergemeinschaftungsprozessen promoviert. Ihre Habilitation erfolgte an der Universität Leipzig mit einer multimethodischen und interdisziplinären Analyse von interpersonaler Kommunikation und Emotionen.

Kontakt: [katrin.doeveling@h-da.de](mailto:katrin.doeveling@h-da.de)

**Die Literaturliste ist bei der Autorin erhältlich.**

#### Anmerkung

- 1 Der Text basiert auf Erkenntnissen, die in jahrelanger Auseinandersetzung mit der Thematik von der Autorin, erarbeitet wurden. Einzelne Aspekte wurden mit ChatGPT in einer persönlichen Kommunikation am 1.8.25 diskutiert. Dabei wurden Fehler, aber auch Gewinne dargelegt.