

Verschiedene Organisationen, wie z.B. die Johanner-Unfall-Hilfe (JUH), das Deutsche Rote Kreuz (DRK) und die Diakonie bieten regional vielfältige Hilfsmaßnahmen an, die von psychosozialer Betreuung bis hin zu praktischer Unterstützung beim Wiederaufbau reichen. Auch die Telefonseelsorge steht Betroffenen mit einem offenen Ohr zur Seite:

 0800 111 0 111

Zudem wurde im Ahrtal ein Trauma Hilfe Zentrum eingerichtet. Ein multiprofessionelles Team steht für anonyme und kostenlose Beratungen zur Verfügung und kann dabei helfen, weiterführende Behandlungen zu vermitteln. Sollte ein Besuch des Zentrums aus persönlichen Gründen schwierig sein, wird auch eine aufsuchende Hilfe für die Betroffenen angeboten. Neben individuellen Sprechstunden bietet das Trauma Hilfe Zentrum zudem Informationsveranstaltungen rund um das Thema Trauma, Gruppenangebote zum Thema Stressbewältigung sowie Trauma Info Gruppen an. Gefördert wird das Trauma Hilfe Zentrum durch das Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz.

Trauma Hilfe Zentrum



[www.thz-ahrtal.de](http://www.thz-ahrtal.de)

Projekt:  
Wissenschaftliche Begleitung der  
Wiederaufbauprozesse nach der Flutkatastrophe  
in Rheinland-Pfalz und Nordrhein-Westfalen:  
Impulse für Resilienz und Klimaanpassung

Akronym:  
KAHR - KlimaAnpassung, Hochwasser und Resilienz



<https://hochwasser-kahr.de>

Teilprojekt der Universität Potsdam unter Leitung  
von Prof. Dr. Annegret Thieken:  
Schadensmuster, Eigenvorsorge und Resilienz

Universität Potsdam  
Geographie und Naturrisikoforschung  
Karl-Liebknecht-Str. 24 – 25  
14476 Potsdam-Golm



**FONA**  
Forschung für Nachhaltigkeit

Projektlaufzeit: 1.11.2021–28.02.2025  
Förderkennzeichen: 01LR2102I

Stand: Februar 2025



## Mentale Belastung durch das Juli-Hochwasser 2021



Schwere Hochwasserereignisse können nicht nur sichtbare Schäden an Gebäuden, Hausrat oder öffentlicher Infrastruktur verursachen, sondern auch schwerwiegende und langfristige Auswirkungen auf die mentale Gesundheit der Betroffenen haben – ein Aspekt, über den trotz wachsender Erkenntnisse noch wenig bekannt ist, vor allem in Deutschland. Auch wenn diese Auswirkungen weniger offensichtlich sind, gilt es, diese im Nachgang schwerer Ereignisse im Blick zu behalten und psychosoziale Beratungs- und Unterstützungsangebote mittel- bis langfristig anzubieten, um die individuelle Erholung zu fördern und zukünftige gesundheitliche Herausforderungen besser bewältigen zu können.

## Befragungen privater Haushalte nach dem Hochwasser 2021

Das KAHR-Projekt begleitet den Wiederaufbau der im Juli 2021 vom Hochwasser betroffenen Regionen in Rheinland-Pfalz und Nordrhein-Westfalen. Zur Unterstützung dieses Wieder- bzw. Neuaufbauprozesses wurden in betroffenen Gebieten 1, 1½ und 3 Jahre nach dem Ereignis Haushaltsbefragungen durchgeführt. Themen waren unter anderem die persönliche Betroffenheit vom Juli-Hochwasser 2021, die mentale Gesundheit und potenzielle Einflussfaktoren wie Erlebnisse während des Hochwassers oder die Bewertung der Wiederaufbauprozesse.

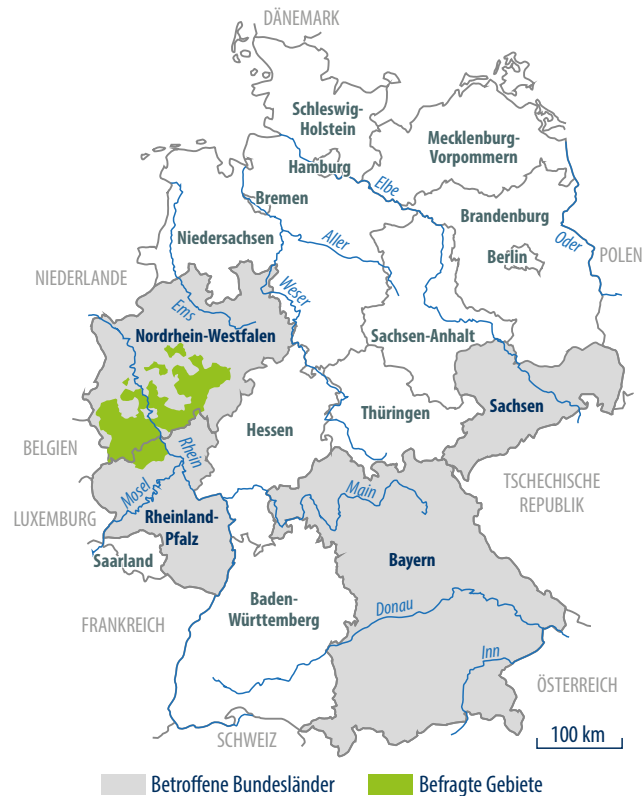


Abbildung 1: Betroffene Gebiete und Regionen, in denen Befragungen nach dem Ereignis 2021 durchgeführt wurden.

## Hochwassererfahrung stellt eine langfristige Belastung für viele Betroffene dar!

Die Ergebnisse der Befragung zeigen, dass der Anteil der Betroffenen mit Anzeichen einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS; siehe Abb. 2) deutlich höher ist als in der deutschen Gesamtbevölkerung (1,8 % in 2016). Weiterhin ist erkennbar, dass dieser Anteil im Laufe der Zeit abnimmt.

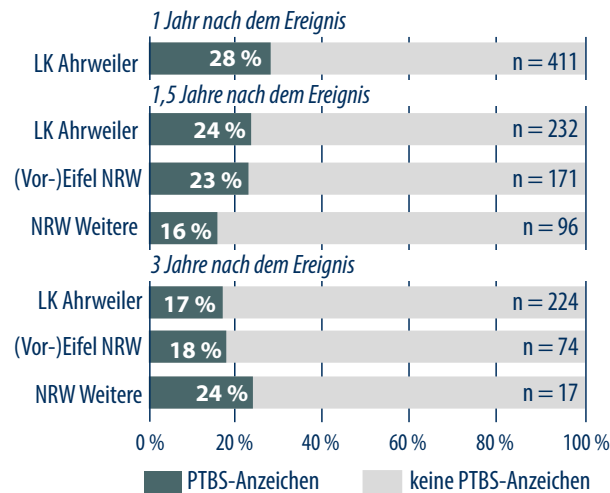


Abbildung 2: Anzeichen für PTBS bei betroffenen Befragten nach dem Hochwasser 2021 zu unterschiedlichen Befragungszeitpunkten, unterteilt nach den betroffenen Regionen.

**Die Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)** gilt als häufigste psychische Störung in Folge eines traumatischen Erlebnisses. Diese kann auftreten, wenn die Person ein Ereignis erlebt oder miterlebt hat, das für sie selbst oder eine andere Person eine ernsthafte Bedrohung für Leib und Leben darstellte, und die Reaktion auf dieses Ereignis geprägt war von intensiver Angst, Hilflosigkeit oder Entsetzen.

## Wer ist besonders belastet?

Ob und in welchem Ausmaß Betroffene Anzeichen einer PTBS aufweisen, hängt von Faktoren vor, während und nach dem Hochwasser ab. So zeigen Frauen im ersten Jahr eine höhere Wahrscheinlichkeit, Anzeichen für eine PTBS zu zeigen. Zudem sind besonders jene belastet, die selbst durch das Hochwasser verletzt wurden, sowie jene, die während des Ereignisses unsicher über den Verbleib der Familie und engen Freunden waren. Nach dem Ereignis waren das Gefühl, bei der Bewältigung der Hochwasserauswirkungen allein gelassen zu werden, sowie die Angst vor negativen Folgen einer erneuten Überschwemmung bedeutend.

## Was kann getan werden?

Die Ergebnisse verdeutlichen, dass entsprechende Beratungs- und Betreuungsangebote mittel- bis langfristig in schwer betroffenen Gebieten angeboten und aufrechterhalten werden müssen. Hierfür sollten niedrigschwellige Angebote geschaffen werden, wie z. B.:

- » Beratung und Betreuung; Krisenintervention durch die psychosozialen Dienste der Kommunen; extra eingerichtete Anlaufstellen; aufsuchende Hilfen
- » Maßnahmen, um sicherzustellen, dass sich Betroffene nicht allein gelassen fühlen (z.B. Einbindung vulnerabler Gruppen mit schwachen sozialen Netzwerken, Förderung des Austauschs)
- » Besondere Berücksichtigung jener, die bei dem Hochwasserereignis physisch verletzt wurden.