





# Allein!

## Wie der Hund lernt herrenlos zu sein


Angekaute Möbel, zerkratzte Türen, generute Nachbarn: Ohne seinen Menschen daheimzubleiben ist für Rudeltiere ein bedrohlicher Zustand. Damit der Hund lernt, die Situation stressfrei zu ertragen, hilft es, häufig und schrittweise zu trainieren

ILLUSTRATION Mirja Winkelmann TEXT Astrid Nestler

Hundehalter kennen ihre Pappenheimer. Kaum hört das Tier den Schlüssel klirren, wird es zum Stalker und klebt sich an die Fersen seines Zweibeiners. „Nimm mich mit!“, scheint der Hund zu sagen. Doch er darf nicht, nicht immer jedenfalls. Denn Arbeit, Arzt, Kino, Schwimmbad und den Friseur besucht man in der Regel ohne ihn. Zurück bleibt das traurige Elend, dessen enttäuschter Blick tonnenschwer auf unserem Gewissen lastet. „Alle Hunde haben je nach Veranlagung einen unterschiedlich ausgeprägten Meutetrieb und instinktiv das Bedürfnis, beim Rudel zu bleiben“, erläutert Ann Kari Sieme von der Organisation Aktion Tier in Berlin. „Besonders sensible Vierbeiner neigen sogar zu Depressionen und resignieren, wenn sie allein sind. Dann nehmen sie beispielsweise Kleidungsstücke und ziehen sich damit in ihr Körbchen zurück“, berichtet die Hundetrainerin. Es könne auch passieren, dass der einsame Hund sein Geschäft im Haus verrichtet, erbricht, stark speichelt oder hektisch durch die Räume läuft, weiß Sonja Schmitt. Sie ist Mitglied im Berufsverband der Hundeezicher und Verhaltenstherapeuten und Tierärztin in Hessen. „Auch übermäßiges Jaulen, Bellen und Winseln kann vorkommen“, erklärt Schmitt.

Hunde mit Trennungsproblemen stellen etwa zehn bis fünfzehn Prozent der Patienten in verhaltenstherapeutischen Praxen. Es wird angenommen, dass der tatsächliche Anteil, bezogen auf die Gesamtzahl der Hunde in Deutschland, noch höher ist und ein gro-

ßer Teil dieser Tiere schnell abgegeben wird oder die Besitzer sich mit dem Klammerverhalten ihres Vierbeiners arrangieren, indem sie im Alltag vermeiden, ihren Hund einmal allein zu lassen.

**Warum leiden manche Hunde unter Trennungsangst**, während andere die Zeit allein entspannt zu Hause verschlafen? Für Christiane Jantz, Züchterin aus Berlin, sind in erster Linie Erziehungsfehler und eine falsche Einstellung der Besitzer zu den Trennungsängsten der Hunde verantwortlich. Durch zu viel Fürsorglichkeit und Zuwendung gerieten manche Tiere in eine zu große Abhängigkeit vom Menschen. „Tatsächlich beherrschen immer weniger Hunde bestimmte Alltagsfertigkeiten wie das Alleinbleiben oder angebunden zu warten“, bestätigt Petra Führmann von der Hundeschule Aschaffenburg. Man mutet es ihnen immer weniger zu, schon gar nicht dem bezaubernden, weichbäuchigen Hundebaby. Dabei sei dem weitaus überwiegenden Teil ihrer Kundschaft durchaus klar, so Petra Führmann, dass ihr Hund lernen sollte, einmal allein zu sein. „Sie sehen auch die Übungsschritte, die wir ihnen dazu erklären, als logisch an und verstehen die Methodik, die dahintersteht.“ Warum geht es dennoch häufig schief? Trainerin Petra Führmann vermutet, dass viele Hundehalter es einfach nicht aushalten, wenn der Hund so traurig guckt, wenn sie die Tür vor seiner Nase schließen. Die Folge: Da es sich so unangenehm für sie anfühlt, wird es nicht oft genug geübt, sodass der Hund es nicht lernen kann. 

**Warum klappt das Warten im Auto oft problemlos?** Anscheinend macht der Mensch unterwegs mit dem Auto automatisch vieles richtig. Zum Beispiel kommt der Hund dann eher in die Box, schon allein der Sicherheit wegen. Der Mensch schließt ohne große Verabschiedung die Heckklappe und fährt los. Er kann auch während der Fahrt nicht ständig im Kofferraum nachgucken, wie es dem Hund geht, selbst wenn der mal winselt oder bellt. Hin und wieder hält der Fahrer an, steigt aus, zum Bäcker oder zur Post, ohne sich vorher ausgiebig vom Hund zu verabschieden oder ihn bei seiner Rückkehr groß zu begrüßen. Somit ist eine natürliche Alltäglichkeit gegeben, und die meisten Hunde lernen recht schnell, sich im Auto richtig zu verhalten. Ganz anders in der Wohnung. „Die meisten Menschen lassen einen neuen Hund in den ersten Wochen nach der Übernahme zu Hause nicht gern allein“, weiß Barbara Schöning, Fachtierärztin für Verhaltenskunde. „Der Neuzugang soll sich ja einleben und seine Familie kennenlernen. Damit kann aber schon der Weg in ein Trennungsproblem geebnet werden.“

**Was tun, damit Trennungsangst erst gar nicht entsteht?** Gerade am Anfang sei es wichtig, dem Hund durch deutlich, aber liebevoll aufgestellte Spielregeln zu vermitteln, dass der Mensch nicht immer zur Verfügung steht, erklärt die Tierärztin weiter. „Er ist hin und wieder weg, ohne dass dies ein Drama bedeutet.“ Hundetrainer empfehlen, bereits mit dem Welpen das Alleinsein zu üben, und

zwar so: Nach einer kurzen Eingewöhnungszeit von etwa einer Woche geht man ohne Verabschiedung, mitleidige Worte oder gar Trostleckerli mindestens dreimal täglich den Müll hinausbringen, den Briefkasten leeren oder die Wäsche aufhängen. Das macht man am besten, wenn der Kleine müde und satt ist und ohnehin kurz davor einzuschlafen. Der Welpen sollte das Kommen und Gehen der Bezugspersonen als Teil seines Alltags erleben. Das geht leicht, wenn er in den letzten Minuten vor Verlassen des Zimmers ohnehin

## Unsere Lässigkeit entspannt Hunde beim Warten


nicht beachtet wurde. So wird ihm der Unterschied weniger auffallen. Nach einigen Tagen werden bestimmte Rituale eingebaut: „Bevor Sie hinausgehen, ziehen Sie sich die Jacke an, wechseln die Schuhe oder klappern mit den Autoschlüsseln. So lernt der Hund, dass diese Signale nicht unbedingt bedeuten, dass er die Wohnung mit Ihnen verlassen darf“, empfiehlt Petra Führmann. Nimmt der Welpen dies gelassen hin, kann man dazu übergehen, ihn nicht auf jeden kleinen Gang nach draußen, zum Beispiel zum Bäcker, mitzunehmen. „Bei fleißigem Üben kann der Hund mit etwa einem





# Pro & Contra Hundebox

halben Jahr bereits drei bis vier Stunden allein bleiben“, weiß die Trainerin aus Erfahrung. Mehr als vier bis fünf Stunden ohne eine Bezugsperson sollten jedoch auch einem erwachsenen Hund nicht zugemutet werden.

**Wenn sich Trennungsangst etabliert hat**, wird das Training langwieriger. Über sehr viele sehr kurze Wiederholungen soll der Hund lernen, ohne seinen Menschen auszukommen. „Sehr viel, weil sich das Langzeitgedächtnis für das Gefühl ‚Alleinsein ist kein Drama‘ bei einer hohen Wiederholungsrate am schnellsten herausbildet. Sehr kurz, weil man den Hund im Training nicht überfordern soll“, erklärt Dr. Schöning und warnt, bei jeder Trainingssequenz an die Grenze der Belastbarkeit zu gehen. Trennungstraining bedeute, deutlich unter dieser Grenze zu bleiben, damit stärkere Stresszustände gar nicht erst entstehen, so die Verhaltenstherapeutin. Unter Umständen reicht es daher schon, die Zimmertür zu schließen, um sie gleich wieder zu öffnen. Schafft der Hund es nach einigen Trainingseinheiten, eine halbe Minute entspannt allein in einem Zimmer zu bleiben, steigert man langsam die Dauer. „Erst wenn Sie von einem Zimmer in das andere laufen oder die Tür hinter sich für mindestens zehn Minuten schließen können und Ihr Hund entspannt zurückbleibt, sollten Sie an das Verlassen der Wohnung denken“, empfiehlt der Hundexperte Martin Rütter. Auch dabei ist es sinnvoll, in kleinsten Schritten zu beginnen. 

Ein vertrauter, aber begrenzter Aufenthaltsort kann jedem Hund helfen, entspannt allein zu verweilen. Die innere Einstellung seines Besitzers entscheidet in den meisten Fällen aber darüber, ob eine Hundebox zum Einsatz kommt oder nicht. Auf die einen wirkt sie wie ein Gefängnis, in das sie keinen Hund sperren wollen. Andere empfinden die Box als eine Art Höhle, in der er gut zur Ruhe kommen kann, sie befürchten aber, ihr Hund könne unter der Enge leiden. In jedem Fall gilt: Eine ambivalente Einstellung überträgt sich auch auf das Tier. Wer seinen Hund an die Box gewöhnen möchte, sollte es daher mit Überzeugung tun und die Vor- und Nachteile vorher abwägen.

## Pro

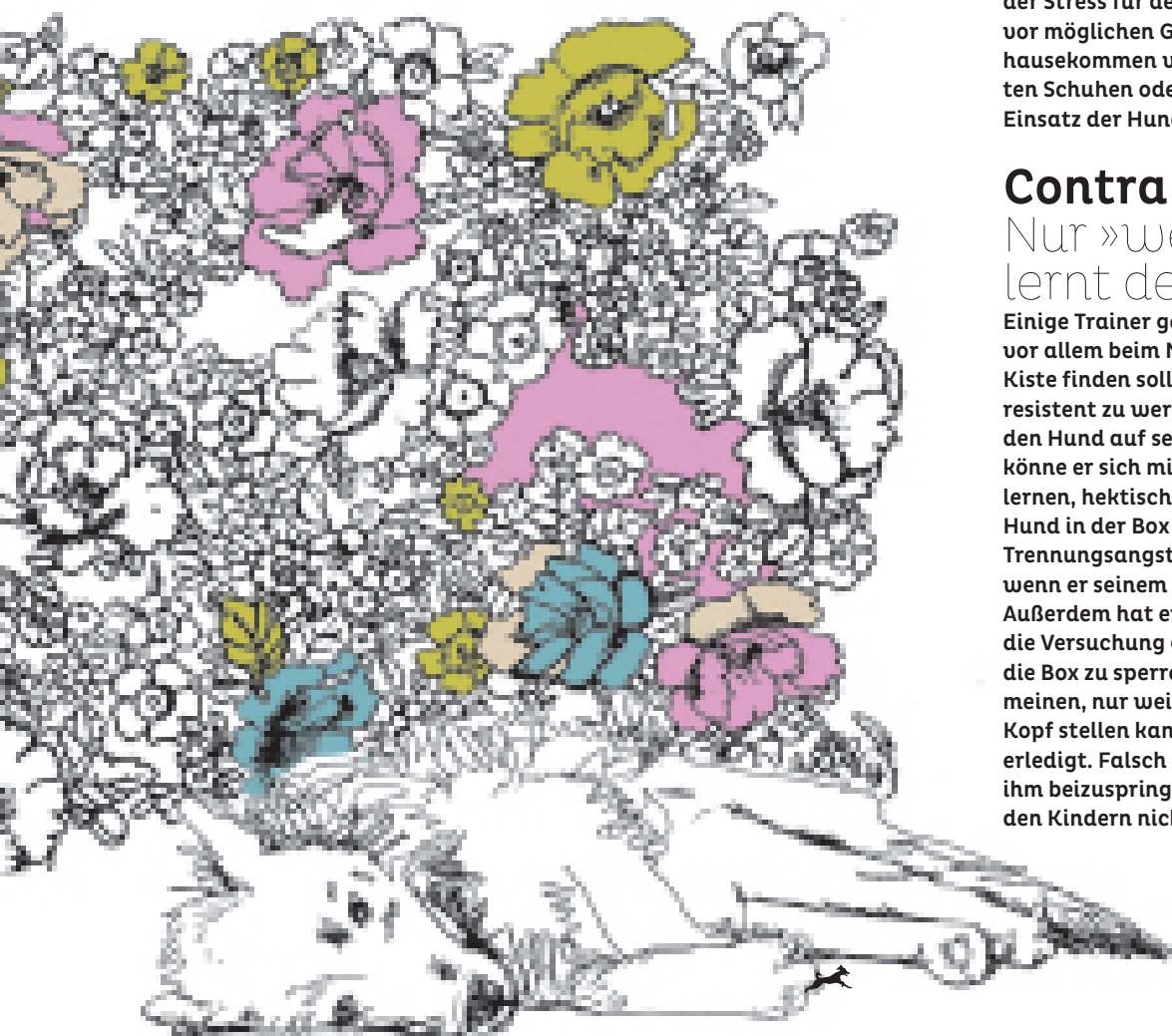
### In der sicheren Höhle überfordert ihn weniger

Hunde lieben Plätze, an denen sie sich rundherum geschützt fühlen. Sie ziehen sich gern dorthin zurück, wenn sie ihre Ruhe haben wollen, beispielsweise wenn der Staubsauger brummt, unliebsamer Besuch kommt oder Kinder durch das Haus toben. Manche Hundetrainer empfehlen die Box, weil Hunde ihrer Meinung nach auch das Alleinsein besser überstehen, wenn sie sich in der Sicherheit einer Höhle wissen. Nach einer entsprechenden Eingewöhnung kann dieser Zufluchtsort dem Hund helfen, besser zu entspannen. Zudem, so erklären Hundetrainer, ist es insbesondere für Junghunde ein zusätzlicher Stressfaktor, sich allein für den gesamten Wohnbereich zuständig zu fühlen. Der Wunsch, das Revier zu beschützen, ist in jedem Hund angelegt, aber je größer der Freiraum ist, desto größer ist der Stress für den Hund. Außerdem schütze eine Box den Hund vor möglichen Gefahren und bewahre den Besitzer beim Nachhausekommen vor unliebsamen Überraschungen wie zerkaute Schuhen oder zerbissenen Kissen. Auf Autofahrten wird der Einsatz der Hundebox auch von ihren Kritikern empfohlen.

## Contra

### Nur »weggeschlossen« lernt der Hund nichts

Einige Trainer geben zu bedenken, dass der Hund Sicherheit vor allem beim Menschen, statt zwischen den Wänden einer Kiste finden sollte. Außerdem lerne er in der Box nicht, stressresistent zu werden und im Trubel zu entspannen. Besser sei es, den Hund auf seiner Decke abzulegen oder anzubinden. So könne er sich mit Außenreizen besser auseinandersetzen und lernen, hektische Situationen gelassener hinzunehmen. Ist der Hund in der Box eingesperrt, während er allein ist, bleibt seine Trennungsangst möglicherweise lang unbemerkt, insbesondere wenn er seinem Leiden nicht lautstark Ausdruck verleiht. Außerdem hat er in der Kiste kaum Bewegungsfreiheit. Auch ist die Versuchung groß, den Hund über längere Zeit einfach in die Box zu sperren, wenn er unbequem wird. Manche Trainer meinen, nur weil er im Käfig nicht mehr die Wohnung auf den Kopf stellen kann, ist das Problem Trennungsangst längst nicht erledigt. Falsch ist auch, den Hund in die Box zu sperren, statt ihm beizuspringen, sich bei Besuch richtig zu verhalten oder den Kindern nicht das Spielzeug zu zerkauen.





Bei bestehender Trennungsangst sollten außerdem Rituale, die als Reizauslöser dienen, unterbrochen werden. Klassischerweise sind solche Auslöser das Anziehen von Jacke oder Schuhen und das Aufnehmen des Schlüssels. Verhaltenstherapeuten empfehlen, über einige Wochen etliche Male am Tag den Schlüssel in die Hand zu nehmen und die Jacke anzuziehen, ohne daraufhin das Haus zu verlassen. Dadurch geriete der Hund jedes Mal in eine Erwartungshaltung, die aber nicht bestätigt und dadurch irgendwann neutralisiert würde. Wichtig sei, das Tier weder anzusprechen noch zu belohnen, um nicht eine erneute Erwartungshaltung zu erzeugen.

## Manche Hunde wollen ihre Menschen einfach nur ermahnen

### **Trennungsangst, Kontrollverlust oder einfach nur Langeweile?**

Nicht alle Hunde, die allein gelassen randalieren, haben tatsächlich Angst. Möglich ist auch, dass der Vierbeiner schlichtweg unterfordert ist und aus Langeweile „umdekoriert“. Der Hund war vielleicht nur zu lang sich selbst überlassen und hat sich Beschäftigung gesucht. Oft wird Trennungsangst verwechselt mit der Angst vor Kontrollverlust. Alleingelassen leidet mancher Hund darunter, eine Bezugsperson nicht auf Schritt und Tritt zu kontrollieren. Aber

wie erkennt man den Unterschied zwischen einem Kontrollfreak und einem Hund mit echter Trennungsangst? Helfen kann ein genereller Blick auf die jeweilige Mensch-Hund-Beziehung. Laut Martin Rütter zeigen Hunde, die unter Kontrollverlust leiden, auch im täglichen Zusammenleben eher kontrollierendes Verhalten. Sie sind im Alltag oft diejenigen, die die Entscheidungen treffen, und begrenzen ihre Besitzer häufig räumlich durch Umkreisen, eine T-Stellung, Sich-in-den-Weg-Legen oder Vergleichbares.

**Trainer Jan Nijboer sieht das ähnlich.** „Bei Hunden, die im Haus ihre Menschen auf Schritt und Tritt verfolgen und nicht gern allein bleiben, draußen aber stets Besseres zu tun haben, als sich in der Nähe ihrer Bezugspersonen aufzuhalten, handelt es sich in den allermeisten Fällen absolut nicht um Hunde mit Trennungsängsten.“ Um sicherzugehen, empfiehlt Petra Führmann, den Hund mit einer Videokamera zu filmen, so sei meistens leicht festzustellen, ob er Angst hat oder empört ist. Einen guten Hinweis bietet außerdem das Begrüßungsverhalten des Hundes bei Rückkehr seines Menschen. Kontrollfreaks geben sich eher rüpelhaft. Sie rempeln und springen ungestüm am Menschen hoch. Sie erwecken den Eindruck, ihn für sein Entfernen maßregeln zu wollen. Dabei machen sie sich eher groß, um imposant zu wirken, und haben die Ohren nach vorn gerichtet. Ein Hund mit echter Trennungsangst verhält sich in so einer Situation eher demütig. Er zeigt Beschwichtigungssignale, legt die Ohren nach hinten und macht sich klein. Falls er am Menschen hochspringt, geschieht dies vielfach in der Absicht, beschwichtigend dessen Mund, Gesicht und Ohren zu lecken.

**Helfen Medikamente?** Psychopharmaka gibt es auch für Haustiere. Je nach Schwere und Symptomatik der Angst vor dem Alleinsein raten manche Tierärzte dazu, das Trennungstraining zum Beispiel mit einem D.A.P.-Zerstäuber für die Steckdose zu unterstützen. Das Kürzel steht für „dog appeasing pheromone“ und soll in Stresssituationen beruhigen. Die Psychopille „Selgian“ erhöht angeblich die Lern- und Konzentrationsfähigkeit unter Stress, auch „Clomicalm“ ist ein Antidepressivum für Ängstliche. „Auf keinen Fall können die Medikamente eine Verhaltenstherapie ersetzen, sie können aber den Einstieg in ein Trennungstraining erleichtern“, so Tierärztin Dr. Barbara Schöning. Desensibilisierung gegen Stressoren und ein Training, das die zu enge Mensch-Hund-Bindung lockert, sei der richtige Weg aus dem Dilemma.

**Trennungsangst – eine Frage des Charakters?** Studien belegen inzwischen, dass pessimistische Hunde eher verzweifeln, wenn sie allein gelassen werden, als optimistische. Tatsächlich stellte man fest, dass es Hunde mit einer positiven und solche mit einer eher negativen Erwartungshaltung gibt. Somit wäre die Trennungsangst kein solitäres Problem, sondern eines von mehreren Symptomen, das auf einen unsicheren Charakter hinweist. Unsicherheiten sind gut zu therapieren, indem man dem Hund hilft, ein gesundes Selbstbewusstsein zu entwickeln. Hierzu kann ein Training beitragen, das möglichst oft Erfolgserlebnisse beschert. Kompetenz macht stark. Dazu gehört aber auch, dass der Hund nicht ständig in Watte gepackt wird, sondern auf sich gestellt Erfahrungen machen darf. 🐕