

Hunde allein zu Haus

Das Thema Trennungstress unter der Lupe



Foto: fotolia.de

Hoiki bellt stundenlang, wenn er alleine zuhause bleiben soll. Pongo liegt heulend vor der Haustüre, durch die seine Halterin ihn verlassen hat, und versucht, sich durch die massive Tür zu fressen. Prinz klettert auf die Küchenanrichte, um sich dort den Bauch mit Essensresten vollzuschlagen, danach beginnt er ausdauernd zu bellen. Selbst die liebe und ruhige Leila, die zuvor in der alten Wohnung einwandfrei alleine gelassen werden konnte, erträgt es nach dem Umzug plötzlich nicht mehr, von der Halterin getrennt zu sein. Sie bellt monoton, wenn die Halterin ihre Hündin auch nur in einem Zimmer zurücklässt, ohne die Wohnung zu verlassen.

Das Phänomen Trennungsstress ist bei Hunden weit verbreitet. Trainingsansätze hierzu gibt es reichlich, diese sollten jedoch sehr individuell an den Hund und die aktuelle Lebenssituation angepasst werden. Aus diesem Grund möchte ich Sie vor allem über die Hintergründe dieses Phänomens aufklären. Mit diesem Wissen sind Sie in der Lage, Ihr Training individuell an die Gesamtsituation anzupassen.

Warum sind Hunde nicht gerne alleine?



Viele Vierbeiner warten sehnsüchtig auf die Rückkehr ihrer Menschen.

Bereits seit mindestens zehntausend Jahren begleitet der Hund den Menschen. Eine lange Zeit, um sich an die veränderten Lebensbedingungen anzupassen. Ein wichtiges und geschätztes Merkmal der Vierbeiner ist jedoch die soziale Interaktion mit seinem Menschen und die Bindung an ihn. Genau dieses Merkmal bringt nun auch die Schwierigkeit mit sich, wenn es darum geht, zeitweise auf diese soziale Interaktion verzichten zu müssen.

Der Mensch wünscht sich einen «Spagat», den viele Hunde nicht so ohne weiteres erfüllen können.

Einerseits schätzen wir die Kontaktsuche unserer Hunde und freuen uns, wenn wir bei der Rückkehr freudig und aufgeregt begrüsst werden. Dass Hunde uns vermissen, schmeichelt uns und gibt uns das Gefühl, gebraucht zu werden. Andererseits ist es häufig nicht möglich, den Vierbeiner überallhin

mitzunehmen. Es ist die Regel, dass die meisten Hunde auch mal für einige Stunden ohne ihre Menschen auskommen müssen.

Ob die Vierbeiner solche unvermeidbaren Situationen entspannt überstehen, ist eine andere Frage. Gewissenhafte Halter achten darauf, dass ihre Hunde einigermaßen souverän mit der Trennung umgehen können. Gerade Welpenbesitzer haben dabei die besten Chancen, ihre Hunde von Beginn an, schrittweise auf diese Situation vorzubereiten.

Grundsätzlich muss jedem Hundehalter bewusst sein, dass im biologischen Lebensplan seines Vierbeiners nicht geplant ist, für mehrere Stunden alleine gelassen zu werden. Die Nähe zum Sozialpartner ist für die meis-

ten Hunde sehr wichtig, gerade in Ruhesituationen, wo die Ablenkung durch andere Reize nicht gegeben ist.

Durch gezielte Gewöhnung ist es möglich, viele Hunde mit der Situation stressfrei vertraut zu machen. Je nach Hund klappt dies mehr oder weniger gut und in manchen Fällen bleibt es schwierig. Andersherum gibt es auch Hunde, die von Beginn an sehr gut mit der Tren-

«Jeder Hund kann trennungsbedingte Auffälligkeiten entwickeln, nicht zuletzt spielt hierbei auch die individuelle Veranlagung eine grosse Rolle.»

nung zurecht kommen und in dieser Zeit einfach eine Mütze voll Schlaf nehmen können, ohne dass ein sehr aufwendiges Training nötig war. Halter mit solch unkomplizierten Hunden dürfen sich glücklich schätzen.

Trennungsstress bleibt aber nicht selten unbemerkt! Um sicher zu gehen, dass der eigene Vierbeiner die Trennung entspannt übersteht, empfiehlt es sich, ihn mal während der Abwesenheit zu filmen.

Im Grunde kann jeder Hund trennungsbedingte Auffälligkeiten entwickeln, nicht zuletzt spielt hierbei auch die individuelle Veranlagung eine grosse Rolle.

Angst, Langeweile, Kontrollverlust? Was ist es denn nun?

Jeden Tag geht der Halter mit seinem Vierbeiner zweibis dreimal spazieren oder nimmt ihn mit zu einem Besuch. Bevor es losgeht, kündigen verschiedene Signale genau diese gemeinsame Aktion an. Dazu gehören das Suchen des Schlüssels, das Anziehen von Jacke und Schuhen und andere kleine Rituale. Viele dieser Signale werden ebenfalls unumgänglich «gesandt», wenn der Zweibeiner ohne den Hund fortgehen möchte.

Durch die Ähnlichkeit der Fortgeh-Rituale wird im Hund eine Erwartungshaltung aufgebaut. Er bereitet sich auf den Spaziergang oder eine gemeinsame Aktion vor und freut sich. Wird er nun zurückgelassen, baut sich Frust auf, vermenschlicht könnte man auch sagen, er ist enttäuscht.

Gerade Hunde, die eine sehr innige Beziehung mit ihren Menschen haben und diese kaum eine Sekunde aus den Augen lassen können, tun sich mit einer solchen Trennung dann besonders schwer. Hierbei kann es sich um Hunde handeln, die ängstlich sind und daher den



Erreichbare Leckereien zu stehlen ist ein «lohnendes Geschäft» für zurückgebliebene Hunde. In einigen Fällen können sie so den durch die Trennung entstandenen Stress eine Zeitlang kompensieren.

Schutz der Halter brauchen, aber auch um solche, die einfach nichts verpassen wollen. Mit dominantem Verhalten und dem damit oft beschriebenen sogenannten Kontrollverlust über den Halter hat das nicht unbedingt etwas zu tun. Je nachdem, wie ein Hund mit Frustrationen umzugehen versteht, wird seine Reaktion unterschiedlich ausfallen.

Stellen Sie sich ein Kind vor, das bei einem Brettspiel verliert. Das eine Kind wird zornig und schmeisst das ganze Brett mit Spielfiguren vom Tisch. Ein anderes Kind beginnt zu schmollen und hat Angst vor einer erneuten Niederlage. Solche verschiedenen Reaktionen zeigen auch Hunde, wenn sie frustriert sind. Genau hier liegt dann oft auch ein wichtiger Trainingsansatz. Die Frustrationstoleranz des Hundes kann durch gewissenhaftes Training teilweise vergrößert werden, so dass er lernt, souveräner mit einer Enttäuschung umzugehen.

«Ob Langeweile, Angst oder Frust, alles hat mit Stress zu tun. Hier liegt der Schlüssel zum Verständnis!»

Neben der Frustration spielen auch andere Faktoren eine Rolle, die das Verhalten des zurückgebliebenen Hundes beeinflussen. Gerade unsichere Hunde reagieren zum Beispiel sensibel auf Geräusche von aussen. Sie melden die mögliche Gefahr. Meist nimmt der Halter dies wahr, wenn er zuhause ist, und schafft es, seinen Vierbeiner zu beruhigen. Ist der nun aber alleine, fehlt der Schutz durch den Halter und ein bestimmtes Verhalten baut sich zusammen mit der Angst immer weiter auf. In diesem Fall ist es notwendig, am Selbstvertrauen des Hundes zu arbeiten, ihm zu zeigen, dass die Geräusche nichts Beunruhigendes an sich haben. Diese Problematik entsteht ganz häufig bei Hunden, die von einem Haus in eine Wohnung ziehen. Geräusche im Treppenhaus sind für die Vierbeiner neu und werden daher als Gefahr gewertet.

Langeweile aufgrund geistiger und körperlicher Unterforderung kann durchaus ebenfalls ein Grund für trennungsbedingte Auffälligkeiten sein. Gerade in Kombination mit sonst auferlegten klaren Verboten se-

hen einige Hunde in der Abwesenheit der Halter ihre Chance, das zu machen, was sie sonst nicht dürfen. Auf der Küchenanrichte Leckereien zu stehlen, den Mülleimer auszuräumen oder sogar den Backofen zu plündern ist durchaus ein lohnendes Geschäft für Hunde, die zuhause stark unter der Kontrolle ihrer Halter stehen.

Aber Vorsicht vor dem Aberglauben des schlechten Gewissens. In manchen Fällen stellt sich durch Filmaufnahmen im Nachhinein die Katze oder ein anderer Hund als Übeltäter heraus, während der verdächtige Hund den Halter bei der Rückkehr zu beschwichtigen versucht, obwohl er gar nichts gemacht hat.

Nicht zu vergessen gibt es auch die Hunde, die ihren Stress, den die Trennung verursacht, durch solche «Beschäftigungsvarianten» kompensieren können. Zumindest eine Zeitlang kommen sie dann mit der Trennung zurecht und können sich zerstreuen. Es heisst also nicht, dass diese Hunde ganz sicher keinen Stress haben; das muss im Einzelfall genau geprüft werden.

«Legale» Futterangebote könnten hier eine grosse Erleichterung für beide Seiten bringen.

Ob Langeweile, Angst oder Frust, alles hat mit Stress zu tun. Hier liegt der Schlüssel zum Verständnis!

Ein Hundeleben voller Stress erschwert die Aussicht auf entspannte Trennungen

Vereinfacht gesagt, hat Stress die Aufgabe, den Körper zu aktivieren. Stress entsteht, wenn der Hund vor ein Problem gestellt wird. In einer Trainingssituation zum Beispiel, wenn er herausfinden muss, wie er an das Leckerchen gelangt, aber auch wenn er beim Anblick eines Beuteobjektes in Rage gerät und alles versucht, um es zu erreichen.

Erfährt der Hund einen unangenehmen Reiz, wie zum Beispiel das laute Knallen von Silvesterraketen, wird ebenfalls das Stresssystem aktiviert. In diesem Fall wird der Hund versuchen, eine Strategie zu finden, dieser unangenehmen Situation zu entgehen.

Immer dann, wenn der Hund eine Strategie findet, das Problem zu lösen, oder den Stress zeitnah wieder vollständig abbauen kann, ist diese Aktivierung nur eine kurzfristige Belastung für den Körper. Diese Belastung ist vollkommen natürlich und durchaus auch gesund. Ohne Stress gäbe es kein Lernen, denn die Notwendigkeit, neue Strategien zu finden, wäre nicht gegeben. In manchen Fällen nimmt der Stress aber auch ungesunde Formen an. Das ist immer dann der Fall, wenn der Hund keine Problemlösung finden kann, der Situation also ohne passende Strategie ausgesetzt ist. Häufen sich über Tage, Wochen oder Monate Stress-Situationen, in de-



Stress im Alltag kann die Fähigkeit, weitere Stressoren zu kompensieren, stark beeinträchtigen.



Leckereien, die extra für den zurückgebliebenen Hund in der Wohnung verteilt wurden, können die Trennungszeit vereinfachen.

nen der Stressabbau nicht vollständig gelingt, steigt der Stresspegel kontinuierlich an.

Stellen Sie sich ein Fass vor, dessen Auslasshahn nur durch entspannende Aktionen und Problemlösungen jeweils geöffnet wird. Bei jeder Stress-Situation wird das Fass mehr oder weniger stark gefüllt. Häufen sich die Stress-Situationen über einen längeren Zeitraum, ohne dass der Auslasshahn ausreichend lange und vollständig geöffnet werden kann, wird das Fass überlaufen.

Hunde, deren «Stress-Fass» immer wieder kurz vor dem Überlaufen steht, können weitere Stress-Situationen nicht mehr kompensieren. Die Reaktionen darauf sind sehr unterschiedlich und reichen von Hyperaktivität über Lernblockaden und Gereiztheit. Einige wenige Hunde fallen auch in eine Depression, werden extrem ruhig und ziehen sich immer mehr zurück oder neigen zu stereotypen Verhaltensweisen. Das Fassungsvermögen dieses «Stress-Fasses» ist je nach Hund sehr unterschiedlich. Die Kombination von individueller Veranlagung, Rassedisposition und Erfahrungen im Welpenalter ist für dieses Fassungsvermögen verantwortlich.

Die Trennung vom geliebten Sozialpartner bedeutet für die meisten Hunde erstmal Stress. Wie stark der Vierbeiner hierdurch belastet wird, hängt von verschiedenen Faktoren ab.

Das Fassungsvermögen des «Stress-Fasses», die derzeitige allgemeine Stressbelastung im Alltag und die Wertung der Trennungssituation beeinflussen die Fähigkeit, den durch die Trennung entstehenden Stress zu kompensieren.

Je nachdem wird der Körper also mehr oder weniger stark aktiviert und der Hund versucht, eine Strategie zu finden, um die Situation zu seinen Gunsten zu verbessern.

Angeborene Leckereien, die er zur Beschäftigung von seinem Zweibeiner erhalten hat, reichen möglicherweise aus, um ihn zu zerstreuen. Der durch die

Trennung auftauchende Stress kann direkt durch das entspannende Kauen und Schlecken an Leckereien wieder abgebaut werden. Ist die Trennungssituation jedoch sehr belastend für den Vierbeiner, kann bereits eine kurze Zeit ausreichen, um das Fass zum Überlaufen zu bringen. Die angebotenen Entspannungsmöglichkeiten reichen dann nicht mehr aus, um dies zu kompensieren.

Stressreduktion und Gewöhnungstraining

Die aktuelle Stress-Situation sollte bei einem Gewöhnungstraining immer im Auge behalten werden.

Dem gerade eingezogenen Welpen werden optimalerweise ein paar Tage Zeit gegeben, sich auf die neue Lebenssituation einzustellen, bevor jegliches Training gezielt in Angriff genommen wird. Durch gutes «Stress-Management» beim Welpen kann das Fassungsvermögen des individuellen «Stress-Fasses» zusätzlich positiv beeinflusst werden.

Pubertäre Junghunde, die gerade hormonelle Schwankungen durchleben und dadurch insgesamt sehr stressanfällig sind, können in dieser anstrengenden Zeit oft auch schwieriger mit Trennungen umgehen. Das Training, das mit dem Welpen so gut geklappt zu haben scheint, beginnt auf einmal zu stagnieren. Wer dies frühzeitig bemerkt, kann diese Phase möglicherweise durch einen Hundesitter überbrücken, um einer Überforderung und damit der Entstehung von trennungsbedingten Auffälligkeiten vorzubeugen. Was für Welpen und Junghunde gilt, gilt auch für erwachsene Vierbeiner. Kommen zu viele Stress-Faktoren auf einmal zusammen, kann es

«Ziel eines gewissenhaften Trainings muss sein, die Trennung für den Hund so stressarm zu gestalten, dass die stressbedingten Verhaltensauffälligkeiten ausbleiben können.»



Durch diese Tür ist der Mensch verschwunden. Einige Hunde sind sehr ausdauernd beim Versuch, diese Barriere zu durchbrechen.

hier auch bei sonst unkomplizierten Hunden zu einem Einbruch kommen. Erwachsene Hunde entwickeln trennungsbedingte Auffälligkeiten oft nach einer Veränderung der Lebenssituation, zum Beispiel durch einen Umzug. Was vorher kein Problem war, stellt sich in der neuen Wohnung schnell als unüberwindliches Hindernis dar.

Ziel eines gewissenhaften Trainings muss sein, die Trennung für den Hund so stressarm zu gestalten, dass die stressbedingten Verhaltensauffälligkeiten ausbleiben können.

Beim Gewöhnungstraining sollte darauf geachtet werden, dass der Hund möglichst nie überfordert wird. In kleinen Schritten wird der Vierbeiner also mit der Situation des Alleinebleibens konfrontiert. Optimalerweise erhält er in dieser Zeit «legale» Möglichkeiten, auftauchenden Stress durch beliebte Beschäftigungsartikel abzubauen. Gefüllte Futterspielzeuge, Knabberartikel oder einfach nur verteilte Leckerli, die dem zurückbleibenden Sofawolf zur Verfügung stehen, dienen der Zerstreuung, bis der Halter wieder da ist.

Die Begrüssung wird ruhig und gelassen gestaltet, um den Unterschied zwischen An- und Abwesenheit nicht noch grösser und dramatischer zu gestalten. Gewöhnung bedeutet, dass die Abwesenheit des Halters für den Hund nichts Besonderes sein sollte. Es wird also nach und nach zur Routine, auf die Rückkehr des Zweibeiners zu warten.

Zum Gewöhnungstraining finden Sie in vielen Welpen- und Erziehungsbüchern gängige Tipps. Daneben gibt es Bücher, die sich konkret mit diesem Thema auseinandersetzen. Gerne möchte ich Ihnen die beiden folgenden Titel ans Herz legen, sollten Sie sich gezielter mit dem Thema auseinandersetzen wollen:

- James O'Heare, *Trennungsangst beim Hund*, www.animal-learn.de
- Nicole Wilde, *Lass mich nicht allein – Strategien gegen Trennungsangst bei Hunden*, www.kynos-verlag.de 🐾

› Das Bett riecht besonders stark nach dem geliebten Sozialpartner und vermittelt dem zurückgebliebenen Hund ein Stück Geborgenheit.

Text und Fotos: Katrin Schuster

Tipps

Einige Vorschläge für gelungenes Stressmanagement

Rituale kündigen an, was als Nächstes passiert.

- Gemeinsame Aktionen ankündigen
- Eigenes Fortgehiritual entwickeln

Kreative Ideen für Stressabbau und Entspannung während der Trennung

- Futter/Knabberartikel auslegen oder verpacken
- Futterball oder gefüllten Kong anbieten
- Erlaubnis, auf Sofa und Bett zu liegen; beides riecht nach dem vertrauten Zweibeiner
- Fernseher oder Radio anlassen, um das heimelige Gefühl zu erhalten

Körperliche und geistige Auslastung, nicht überfordern und nicht unterfordern

Stressoren erkennen und Training anpassen

- Reaktion auf Geräusche
- Extrem starke Bindung an den Halter
- Stressige Begegnungen mit Hunden oder anderen Tieren
- Geringe Frustrationstoleranz
- Umweltunsicherheit im Alltag
- Umzug, gemeinsame Ferien oder andere grosse Veränderungen
- Hormonelle Schwankungen

Unterstützung durch Pheromone, Futterzusatzstoffe und Tiernaturheilkunde. Bitte wenden Sie sich hierfür an Ihren ausgewählten Tiertherapeuten, um die individuelle Auswahl von diesen Hilfen zu gewährleisten.

- Dog Appeasing Pheromon (DAP), erhältlich beim Tierarzt
- Zylkene (Futterzusatz), erhältlich beim Tierarzt
- Bachblüten
- Homöopathie

