

Allein bleiben

Hunde sind soziale Lebewesen und sind nicht gerne allein. Daher ist es besonders wichtig, dass ab dem ersten Tag das „Allein bleiben“ trainiert wird. Wird der Hund ohne Training allein gelassen, kann dies Trennungsangst verursachen.

Das „Allein bleiben“ sollte von Anfang an in winzigen Teilschritten (zunächst nur für wenige Minuten) trainiert werden, um den Hund später keinen Angstattacken auszusetzen.

Die ersten Versuche gestaltet man, indem man ganz kurz den Raum verlässt, die Tür hinter sich schließt und bei Ruhig bleiben des Tieres umgehend wieder zurückkommt. Loben nicht vergessen! Möglichst täglich üben und die Zeitabschnitte immer ein wenig verlängern. Sollte der Hund ängstlich werden, die Zeit des „Allein bleibens“ wieder verkürzen.

Tipp: Ich sage beim Weggehen immer ein Abschiedswort wie z. B. „Komme gleich“. So weiß der Hund mit der Zeit, was ihn erwartet und er weiß auch, dass „sein“ Mensch wieder zurückkommt. Vermeiden Sie beim Zurückkommen große Aufregung. Einfach kurz, „Hallo“ sagen und zur Tagesordnung übergehen. Verzichten Sie also auf zu aufgeregtes Begrüßen.

Sie können beim Weggehen Ihrem Hund auch einen Kauknochen oder gefüllten Kong geben.

Hunde erkennen an bestimmten Auslösern (Schlüsselreize) z. B. Schuhe/Jacke anziehen, Schlüsselbund nehmen, ... dass der Mensch weggehen wird und bekommen Stress. Falls dies schon der Fall ist, müssen diese Schlüsselreize vorab „desensibilisiert“ werden.

Bei Welpen oder einem „Neuzugang“ sollte man diese Verknüpfung mit Auslösern gar nicht erst entstehen lassen.

Meist ist die Bezugsperson der Auslöser für Trennungsangst, ein zweiter Hund oder eine fremde Person hilft hier oft nicht.

Wichtig: Nehmen Sie sich ein paar Tage Urlaub, um in Ruhe mit Ihrem Hund zu üben. Denn während des Trainings sollte der Hund nicht allein gelassen werden.

Verknüpfung mit Schlüsselreizen vermeiden

Welpen bzw. „Neuzugang“: Beginnen Sie schon am ersten Tag mit dem Training. Nehmen Sie den Schlüsselbund, gehen Sie aus der Wohnung und kommen Sie sofort wieder zurück. Setzen Sie sich ca. 1 Minute irgendwo hin, dann wiederholen Sie die Übung 5 mal.

Nach einer Pause üben Sie mit Schuhe/Jacke anziehen, usw. Variante: Schuhe anziehen, Schlüssel nehmen und nicht rausgehen, sondern kurz hinsetzen und danach wieder ausziehen.

Wichtig ist, dass diese Auslöser für den Hund keine Bedeutung bekommen. Die Übungen variieren. Der Hund soll kein besonderes Interesse an Ihren Handlungen zeigen, d.h. er läuft nicht immer hinter ihnen her, bellt oder fiept, sondern bleibt ruhig und gelassen dort, wo er gerade ist.



Verknüpfung mit Schlüsselreizen lösen

Reagiert Ihr Hund schon auf bestimmte Auslöser, dann ist es wichtig, dass Sie mit dem Training **kurz vor dem Auslöser** beginnen.

z. B. Ihr Hund beginnt nervös zu werden, wenn Sie die Schuhe anziehen. d. h. Sie gehen zu den Schuhen, ziehen sie aber noch nicht an. Danach gehen Sie wieder zurück, setzen sich kurz hin. Übung solange wiederholen, bis der Hund kein Interesse mehr an Ihren Handlungen zeigt. Danach ca. 1 Std. Pause machen.

Nun die Schwierigkeit erhöhen: Schuhe anziehen, wieder ausziehen, wieder hinsetzen.... solange bis der Hund kein Interesse mehr zeigt, Pause machen. Danach Schuhe anziehen, Schlüssel nehmen, wieder hinsetzensolange wiederholen, bis der Hund kein Interesse mehr zeigt, Pause machen. Danach Schuhe anziehen, Schlüssel nehmen, zur Türe gehen, Tür öffnen, wieder schließen, und so weiter. Erst wenn Ihr Hund kein Interesse mehr zeigt, wenn Sie die Türe öffnen und schließen, können Sie mit dem Training fürs „Allein bleiben“ beginnen.

Zimmer-Training mit Signal

Wenn möglich, sollte der Hund nur ein Zimmer zur Verfügung haben, wenn er allein bleiben muss. Je weniger Reize er von außen bekommt, umso besser. Sie können die Vorhänge schließen, ev. leise Musik (Mozart) spielen und Ihrem Hund etwas zum Beschäftigen im Raum lassen.

Am besten sagen Sie ein Abschiedswort, wie z. B. „Komme gleich“ und bauen dieses in den Alltag ein. z. B. wenn man kurz ins Bad oder in den Keller geht: immer das Wort sagen, wenn man den Raum verlässt, die Türe schließen. Somit wird das Wort verinnerlicht und der Hund lernt, dass Sie auch nach ein paar Minuten wiederkehren.

1. Tür-Training: Wort sagen, aus dem Raum gehen, Türe schließen (Hund ignorieren, egal was er tut) und sofort zurückkommen. Dem Hund beim Zurückkommen keine besondere Aufmerksamkeit schenken. Kurz hinsetzen und z. B. ein Buch in die Hand nehmen. Dann wiederholen. Der Hund wird immer wieder mitlaufen. Mit der

Übung aufhören, wenn der Hund kein großes Interesse an Ihrem Hin- und Herlaufen zeigt. Pause machen.

Nach ca. 1 Stunde: Wie zuvor, aber ca. 30 Sekunden hinter der Tür warten. 5 x die Übung wiederholen. Dann steigern auf 1 Minute. 5 x die Übung wiederholen. Pause machen.

Langsam die Zeitspanne hinter der Tür erhöhen. Erhöhen Sie die Zeitspanne erst, wenn der Hund 5 x die Übung ohne Stress geschafft hat. Mehrmals am Tag trainieren (Übungseinheiten sollten zwischen 1 Minute und 10 Minuten variieren), ein paar mal am Vormittag üben, dann ein paar mal am Nachmittag, auch einmal, wenn es bereits dunkel ist.

Wichtig: *der Hund sollte niemals zu Winseln, Bellen oder Kratzen beginnen. Denn dann ist der Zeitpunkt hinter der Tür schon zu lange.*

2. Sich von der Tür entfernen z. B. in einen anderen Raum oder ins Treppenhaus gehen und dann wieder zurückkommen. Wieder mit 1 Min. beginnen und dann langsam steigern.

Wichtig: *Eine neue Übung immer mit einer leichten Übung beginnen und dann wieder steigern.*

Wenn der Hund nun schon einige Minuten allein bleiben kann, dann geben Sie Ihrem Hund beim Rausgehen einen Kauknochen oder einige Leckerlis und sagen Sie das Abschiedswort.

Trennungsangst entsteht meist in den ersten 20 Minuten. Wenn Ihr Hund also ca. 1 Stunde allein bleiben kann, dann sind 2 oder 3 Stunden auch nicht mehr schwierig. Jedoch sollte ein Hund nicht länger als 4–5 Stunden am Tag allein bleiben.

Nichts übereilen, lieber mit Sekunden beginnen und langsam steigern. Keine Schritte überspringen. Der Hund sollte nie in Stress geraten. Wenn er bellt oder winselt, ist man zu schnell vorgegangen. Der Raum soll für den Hund ein angenehmer Ort werden.

Tipp: *Tonaufnahme mit dem Handy. Man kann so gut hören, ob der Hund nervös auf- und abläuft, ob er leise jammert. Falls das der Fall ist, muss man beim Training wieder einige Schritte zurück.*

