

# Hund allein zu Hause ...

## Entspannt und stressfrei

Von Sarah Kautz

*Die meisten Hundehalter sind berufstätig und können ihren Hund nicht zur Arbeit mitnehmen. Aber auch sonst gibt es Situationen, in denen ein Hund allein zu Hause bleiben muss. Sarah Kautz von SmartCommunication ist Hunde-Körpersprache-Expertin und Pferdetrainerin. Für WUFF erklärt sie eine von ihr entwickelte Methode, welche aus dem NLP (Neuro-linguistisches Programmieren) stammt, die sie in ihren Trainings erfolgreich einsetzt, um Hunden das Alleinebleiben zu erleichtern!*

**W**arum möchte mein Hund nicht alleine bleiben? Es gibt mehrere mögliche Gründe, weshalb ein Hund nicht alleine bleiben möchte. Manche Hunde haben Angst alleine zu sein, anderen ist langweilig und wieder andere haben das Gefühl, ihren Menschen kontrollieren zu müssen. Der Grund, warum ein Hund nicht gerne alleine ist, hängt von seinem Charaktertyp ab. Dabei gibt es 3 wesentliche

Charaktertypen und deren Motive, die Wohnung in unserer Abwesenheit „umzudekorieren“.

### Der Arbeitslose

Dem „Arbeitslosen“ mangelt es an Beschäftigung. Viele Hunde in unserer heutigen Zeit werden vor allem als Gesellschafter und Kamerad des Menschen gehalten. Ihnen fehlt eine Aufgabe, ein Job! Früher war der Hund ein wichtiger

Bestandteil der Jagd oder fand seine Aufgabe als Wachhund, Schafhüter, Rattenfänger und Ähnliches. Heutzutage sehen wir immer mehr unausgelastete Hunde. Grundsätzlich ist es daher wichtig, sich schon VOR der Anschaffung eines Hundes zu überlegen, wie viel Zeit für gemeinsame Aktivitäten, Spiele, Training und Auslastung ich aufbringen kann und möchte! Es macht einen großen Unterschied, ob ich mir einen





Foto: adogsilifephot

Bordercollie aus einer Arbeitslinie nehme, oder einen eher gemütlichen Bernhardiner. Oft wird auch angenommen, ein kleiner Hund bräuchte weniger Auslauf als ein großer Hund. Doch vergleichen wir einen durchschnittlichen Jack Russell Terrier mit einem Neufundländer! Ausnahmen bestätigen die Regel, jedoch werden wir meistens feststellen, dass es absolut nicht auf die Größe ankommt!

### Wie viel Auslastung muss sein?

Es gibt keine Pauschale, wie viel Auslauf und Beschäftigung ein Hund benötigt, sondern dies ist auch hier wieder sehr Rasse-, Charakter- und Alters-bedingt. Grundsätzlich muss man bei einem Hund mittleren Alters jedoch mindestens mit 1-2 Stunden täglich rechnen. Auslastung heißt nicht zwingend, jeden Tag zwei Stunden spazieren zu gehen. Es gibt eine Vielzahl an Beschäftigungsmöglichkei-

ten für drinnen und draußen, wie z.B. Tricktraining, Mantrailing, Fährtenarbeit, Apportiertraining, Agility, uvm. Schaffen wir es nicht, dem Hund eine Aufgabe zu geben, dürfen wir uns nicht wundern, wenn er sich selbst eine sucht. Nur dass diese uns wahrscheinlich weniger gefallen wird, zum Beispiel wenn der haarige Liebling es sich zur Aufgabe macht, das Sofa bis ins kleinste Detail zu zerlegen.

### Die Mimose

Die Mimose ist meist ein grundsätzlich eher unsicherer Hund, der ständig die Nähe seiner Bezugsperson sucht. Bei solchen Hunden entwickelt sich durch falsches oder zu schnelles Training leicht Trennungsangst. Trennungsangst bedeutet so viel wie Verlustangst – der Hund hat Angst, sein Rudel zu verlieren. Ein Hund ist als Rudeltier nicht dafür konzipiert alleine sein zu wollen. Ein Wolf ist entweder gemeinsam mit seinem Rudel unterwegs, oder alleine auf Partnersuche. Jeden Tag für einige Stunden vom (Menschen-)Rudel getrennt zu sein, liegt also nicht in der Natur des Hundes.

Hat man nun einen unsicheren Hund, ist es wichtig, das Training langsam aufzubauen. Jeder einmalig zu schnelle Schritt im Training kostet besonders bei unsicheren Hunden wieder viele Stunden mehr Training als eigentlich notwendig. Es gibt auch Hunde, welche sich sehr auf eine Person fixieren – sogenannte Einmannhunde. Haben sie einmal eine Bezugsperson gefunden, orientieren sie sich komplett an dieser. Diese Hunde haben häufig schon ein großes Problem damit, wenn die Bezugsperson das Haus verlässt, alle anderen Familienmitglieder jedoch anwesend sind. Wird solch ein Hund nun abgegeben und von seiner Bezugsperson z.B. ins Tierheim gebracht, wird sich das Problem tendenziell verschlimmern. Der Hund hat nun schon einmal die traumatische Erfahrung gemacht, zurückgelassen zu werden. Er wird nun alles daran setzen, seine neue Bezugsperson nicht wieder zu verlieren. Dies kann sich u.a. in extremer Trennungsangst äußern. Mit einem solchen Hund ist professionelle Unterstützung unerlässlich!

### Der Kontrolleur

Der Kontrolleur ähnelt dem Arbeitslosen. Der Arbeitslose zeichnet sich durch sein quirliges Verhalten aus. Er möchte Anweisungen bekommen und ist weniger selbstsicher als der Kontrolleur. Der Kontrolleur weiß was er will und fordert das auch ein! Er ist selbstbewusst und zeigt uns klar und deutlich was er möchte und was nicht. Manchmal etwas zu deutlich! Der Kontrolleur braucht klare, faire und konsequente Richtlinien. Eine gute Vorübung für den Kontrolleur, um alleine zu bleiben besteht darin, ihn zu lehren, von überall im Haus aus auf seinen Platz zu gehen und dort zu bleiben, bis das Kommando beendet wird. Beherrscht ein Kontrolleur dieses Kommando nicht, wird er uns gerne sogar bis aufs Klo hin folgen um bloß nichts zu verpassen. Der Kontrolleur macht dies jedoch nicht aus Angst oder Anhänglichkeit, sondern möchte einfach ständig alles im Auge behalten. Eine sehr stressige Aufgabe, die wir durch sinnvolles Training umlenken können. Mehr Auslastung, sinnvolle Beschäftigung, kombiniert mit konsequenter, fairer Erziehung.

Haben wir die Bedürfnisse des Hundes erfüllt mit ausreichend Auslastung, Vertrauen aufgebaut und dem Hund durch faires, jedoch konsequentes Training Struktur gegeben, kann mit Basisübungen zum stressfreien Alleinebleiben begonnen werden.

#### Übung 1

Lehren Sie Ihren Hund, auf ein bestimmtes Kommando auf seinen Platz zu gehen und dort zu bleiben. Loben Sie ihn, wenn er liegen bleibt und schicken Sie ihn zurück, wenn er sich entfernen möchte.

#### Übung 2

Der Hund soll nun lernen, auf seinem Platz zu bleiben, während Sie sich unbekümmert im Raum bewegen.

Klappt dies gut, versuchen Sie für einige Sekunden den Raum zu verlassen. Funktioniert auch diese Übung, können Sie mit Übung 3 beginnen.

#### Übung 3

Verlassen Sie nun immer länger den Raum. Stellt dies für Ihren Hund keine große Anforderung mehr dar, schließen Sie die Tür für wenige Sekunden.

#### Übung 4

Verlängern Sie die Zeit nach und nach. Eine gute Hilfe kann gerade am Anfang ein Spielzeug zum Kauen sein, welches Ihr Hund immer bekommt, wenn Sie das Alleinebleiben üben.

### Zusätzliche Hilfestellung aus dem NLP

NLP steht für Neurolinguistisches Programmieren und ist ein Konzept für Kommunikation, Verhalten und Veränderung in der Erwachsenenbildung. In den meisten Manager- und Führungskräfte-Trainings wird gezielt mit Techniken aus dem NLP gearbeitet.

### Ankern

Eine Technik des NLP nennt sich „Ankern“. Beim Menschen besteht die Technik im Wesentlichen darin, ein Gefühl, z.B. Begeisterung für uns jederzeit abrufbar zu machen. Berühren wir uns beispielsweise jedes Mal in einem Zustand der Begeisterung am Handgelenk,

Wenn das Alleinebleiben nicht so gut klappt.



Foto: chalabala





**Tiefenentspannt auf dem Sofa.**

wird unser Gehirn mit der Zeit lernen, in einen Zustand der Begeisterung zu fallen jedes Mal wenn wir unser Handgelenk berühren. Haben wir nun einen Anker gesetzt und durch viele Wiederholungen gefestigt, brauchen wir z.B. beim Autofahren, wenn wir langsam müde werden, nur unser Handgelenk zu berühren, um

unserem Gehirn mitzuteilen, dass es Zeit ist für freudige Begeisterung.

### **NLP im Hundetraining**

Durch diese Einsicht des NLP, dass wir unseren inneren Zustand „ankern“ und damit steuern können, können wir – abgewandelt – auch unseren Hunden eine

zusätzliche Hilfestellung bieten, um das Alleinebleiben noch einfacher und angenehmer zu gestalten.

Der Einsatz von Tonbandaufnahmen bietet keinen Ersatz für ein fundiertes Alleinebleib-Training wie in den Basisübungen beschrieben, sondern ist lediglich eine zusätzliche Hilfestellung für Hunde welche ungern alleine bleiben. Bei fortgeschrittenen Problemen mit dem Alleinebleiben ist es ratsam, sich an einen professionellen Trainer zu wenden. 🐕

### **Übung – 5 Schritte zum Erfolg**

1. Nehmen Sie sich ein Buch und ein Tonaufzeichnungsgerät (ein Handy tut's auch) und lesen Sie das Buch mit einer ungewöhnlich ruhigen und sanften Stimme laut vor, während Sie das Gesprochene aufzeichnen.
2. Spielen Sie Ihrem Hund für 2 Wochen nach jedem langen Spaziergang – wenn er wirklich müde ist und gerade schlafen gehen möchte – die Tonaufnahme in Dauerschleife in der Nähe seines Körbchens vor. Im Kopf Ihres Hundes wird nun die ruhig und sanft gesprochene Aufzeichnung mit dem gemütlichen Schlafengehen nach einem langen Spaziergang verknüpft und somit geankert. Ihre Stimme ist dem Hund zusätzlich schon vertraut und er wird sich noch schneller entspannen können.
3. Nach 2 Wochen täglichen Wiederholens hat der Hund unterbewusst Ihre sanft lesende Stimme mit einem entspannenden Schläfchen verknüpft. Mittlerweile wird er automatisch schläfrig, sobald er Ihre angenehme, ruhige Stimme hört. Nun können Sie beginnen für 1-2 Minuten zuerst nur den Raum und später das Haus zu verlassen.
4. Klappt das gut, verlängern Sie die Zeit des Alleinebleibens nach einem ausgiebigen Spaziergang.
5. Bleibt der Hund schon eine Stunde und mehr stressfrei alleine, schicken Sie ihn auf seinen Platz und drehen das Tonband auf, ohne ihn davor übertrieben ausgelastet zu haben. Warten Sie, bis er sich entspannt und verlassen Sie dann für 2 Minuten das Haus. Die Zeit sollte langsam und konstant auch hier wieder ausgedehnt werden.

### **WUFF Information**

#### **Die Autorin**

Sarah Kautz von SmartCommunication ist Hunde-Körpersprache-Expertin und Pferdetrainerin.

Kontakt:

[www.Smart-Communication.at](http://www.Smart-Communication.at)  
[www.facebook.com/SarahSmartComm](https://www.facebook.com/SarahSmartComm)

