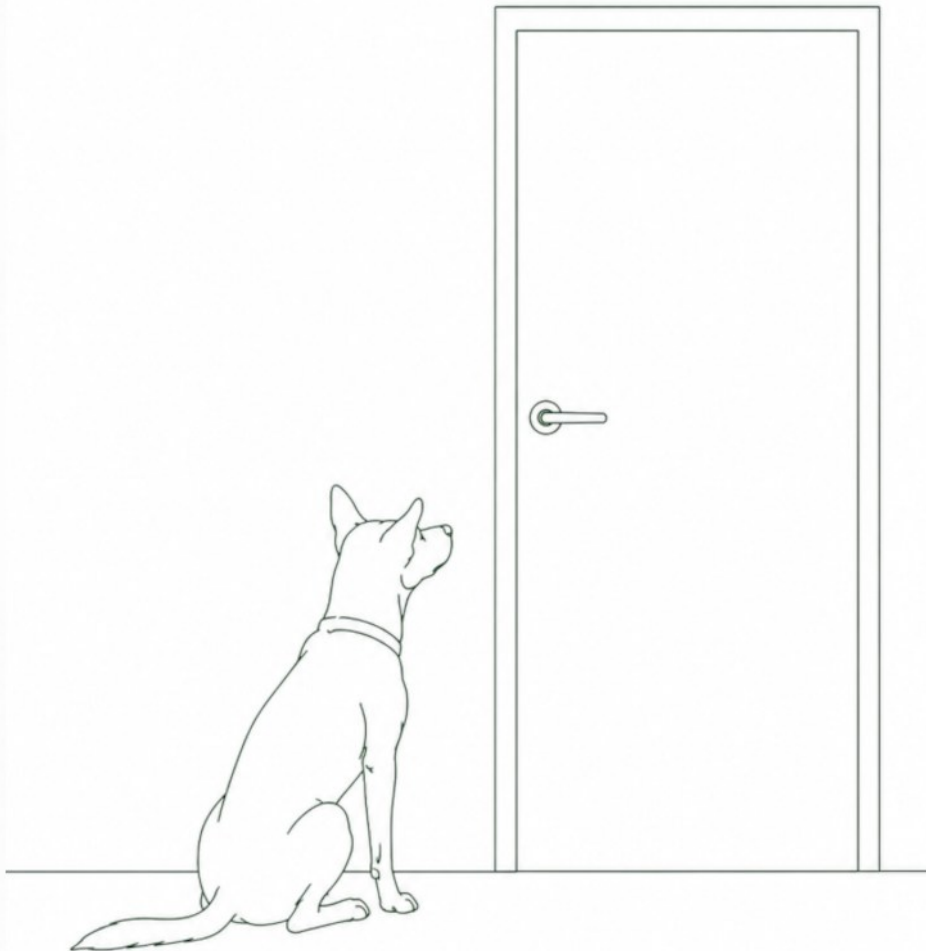


Wenn der Hund nicht allein bleiben kann

Trennungsangst verstehen
und in kleinen Schritten daran arbeiten



Michael Sauerwein



Inhalt

Teil I • Was passiert, wenn die Tür zugeht.....	4
Der Moment, um den es geht	4
Was du bisher hast	4
Was dieses Heft leistet.....	4
Was es nicht leistet	4
Was du brauchst	5
Wie du weiterliest.....	5
Teil II • Panik ist kein Protest.....	6
Der Satz, den fast alle einmal gedacht haben.....	6
Was der schuldige Blick ist.....	6
Warum Trotz nicht funktioniert	6
Warum es dich betrifft und nicht nur ihn	6
Warum Strafe hier besonders schadet.....	7
Was daraus für dich folgt.....	7
Teil III • Hinsehen und einordnen	8
Warum du nicht schätzen kannst.....	8
Die Kamera einrichten	8
Zuerst: war das schon immer so?	9
Drei Muster	9
Was daraus folgt	9
Wenn das hier nicht dein Thema ist	10
Zwei Fälle, die hier nicht hingehören	10
Ehrlich dazu	10
Teil IV • Ausgangswert und Steigern.....	12
Für wen dieser Teil geschrieben ist	12
Was du abliest	12
Wenn es schon beim Schlüssel losgeht.....	13
Wenn dein Hund nicht zur Ruhe kommt	13
Warum das Verfahren so aussieht	14
Teil V • Wenn Unterstützung dazugehört.....	15
Wer hier gelandet ist.....	15
Warum Training allein manchmal nicht reicht.....	15
Zuerst die Tierarztpraxis	15
Was Verhaltenstherapie ist	15
Was Medikamente leisten und was nicht	16
Die Zwischenzeit.....	16
Wann du zu Teil IV zurückkommst.....	16
Was du jetzt hast	17

Arbeitsbögen.....	18
Bogen B • Videoauswertung.....	19
Bogen A • Abwesenheitsprotokoll	22
Bogen C • Steigerungsplan	24
Bogen • Vorbereitung aufs Beratungsgespräch	26
Bogen • Wochenplan	28
Bogen • Das Wichtigste auf einer Seite	29
Impressum	30

Teil I • Was passiert, wenn die Tür zugeht

Der Moment, um den es geht

Du ziehst die Tür zu. Vielleicht hörst du noch etwas, vielleicht ist es still. Vielleicht drehst du auf halber Treppe um, weil du es nicht aushältst.

Und dann weißt du zwei Stunden lang nicht, was passiert.

Das ist die Lücke, um die es in diesem Heft geht. Nicht um das, was du bei der Rückkehr vorfindest, sondern um das, was dazwischen war und wovon du bisher nur die Spuren kennst.

Was du bisher hast

Wahrscheinlich eine Mischung aus drei Dingen. Was du gehört hast, solange du noch im Haus warst. Was die Nachbarn erzählen, meistens ungefähr und meistens die lauten Tage. Und was du bei der Rückkehr siehst.

Alle drei sagen weniger, als sie zu sagen scheinen. Das Geräusch im Treppenhaus ist die erste Minute, nicht die vierzigste. Nachbarn hören, was auffällt, und nicht, was danach kam. Und der Hund an der Tür, der dich begrüßt, hat sich vielleicht längst beruhigt gehabt und ist wieder hochgefahren, als er den Schlüssel gehört hat.

Auf dieser Grundlage lässt sich nicht entscheiden, ob etwas besser wird. Genau das ist der Grund, warum viele nach Monaten immer noch nicht sagen können, ob sich das Üben gelohnt hat.

Was dieses Heft leistet

Es macht aus einem Eindruck eine Zahl.

Du nimmst deinen Hund auf, wenn du weg bist. Du siehst dir an, was in dieser Zeit tatsächlich passiert. Und du hältst einen einzigen Wert fest: wie lange dein Hund gebraucht hat, um zur Ruhe zu kommen. Diesen Wert verfolgst du über Wochen, und daran entscheidest du, ob du verlängerst, bleibst oder zurückgehst.

Mehr ist es nicht. Es ist ein Messverfahren mit einem Trainingsteil daran, und es ist so aufgebaut, dass du an jedem einzelnen Punkt weißt, woran du bist.

Was es nicht leistet

Es stellt keine Diagnose. Du wirst deinen Hund einordnen können, und das ist etwas anderes als eine Diagnose. Einordnung heißt: Das passt eher hierhin als dorthin.

Es ersetzt keine tierärztliche Abklärung. Ein Teil der Hunde, die nicht allein bleiben können, hat Schmerzen oder eine körperliche Veränderung, die mit dem Verhalten zu tun hat. Das findet kein Heft heraus.

Es hilft nicht jedem Hund. Es gibt Hunde, die in deiner Abwesenheit gar nicht zur Ruhe kommen, und dann gibt es auch keinen Wert, den man verkürzen könnte. Dieser Fall ist im Heft vorgesehen und steht in Teil V. Er ist kein Versagen des Verfahrens und erst recht keins von dir.

Es geht nicht schnell. Der Zeitraum, in dem sich beurteilen lässt, ob etwas passiert, sind Wochen, nicht Tage.

Was du brauchst

Eine Kamera, und damit ist das Handy gemeint, das du ohnehin hast. Ein altes Ladekabel, damit es die Aufnahme durchhält. Einen Platz, von dem aus der Bereich zu sehen ist, in dem dein Hund sich aufhält, meistens die Tür und was davor liegt.

Dazu die Bögen aus diesem Heft und einen Stift. Sonst nichts.

Wenn dich das schon abschreckt, lies bitte trotzdem Teil III zu Ende. Dort steht, warum es ohne Aufnahme nicht geht, und das Argument ist besser als der Aufwand.

Wie du weiterliest

Teil II ist der einzige Teil, den du überspringen kannst, wenn du sicher bist, dass dein Hund dir nichts heimzahlt. Die meisten sind sich da weniger sicher, als sie denken.

Teil III ist der wichtigste. Dort wird beobachtet und eingeordnet, und dort entscheidet sich, welcher Weg für euch der richtige ist.

Teil IV ist das Verfahren. Teil V ist für den Fall, dass mehr gebraucht wird, als ein Heft geben kann.

Teil II • Panik ist kein Protest

Der Satz, den fast alle einmal gedacht haben

Er weiß genau, dass er das nicht darf.

Vielleicht hast du es selbst gedacht, vielleicht hat es jemand zu dir gesagt. Meistens kommt es zusammen mit einer Beobachtung, die zu stimmen scheint: Der Hund schaut schuldig, wenn du zur Tür kommst. Er weiß also, was er getan hat. Und wenn er es weiß und trotzdem tut, dann tut er es mit Absicht.

Diese Kette hat einen Bruch, und zwar gleich am Anfang.

Was der schuldige Blick ist

Was du siehst, wenn du in die Wohnung kommst, ist eine Reaktion auf dich. Auf deinen Tonfall, auf dein Tempo, auf deine Körperhaltung im Türrahmen. Hunde lesen so etwas außerordentlich gut, und ein geducktes, beschwichtigendes Verhalten ist die naheliegende Antwort darauf, dass jemand angespannt hereinkommt.

Untersuchungen dazu deuten in dieselbe Richtung: Der schuldige Ausdruck zeigt sich eher in Abhängigkeit davon, wie der Mensch auftritt, als davon, was der Hund tatsächlich getan hat. Das heißt nicht, dass Hunde nichts verknüpfen. Es heißt, dass dieser eine Blick nicht das ist, wofür wir ihn halten.

Und selbst wenn dein Hund die zerkratzte Tür mit deinem Ärger verknüpft hat: Diese Verknüpfung entsteht bei deiner Rückkehr. Sie sagt nichts darüber, was vor drei Stunden in ihm vorging, als er anfang zu kratzen.

Warum Trotz nicht funktioniert

Trotz setzt einiges voraus. Dein Hund müsste dir eine Absicht unterstellen, sich gekränkt fühlen, einen Plan fassen und ihn ausführen, in dem Wissen, dass es dich später trifft. Das ist eine Menge Voraussetzung für ein Verhalten, das sich einfacher erklären lässt.

Die einfachere Erklärung: Es geht ihm schlecht, und was er tut, ist das, was Tiere tun, wenn es ihnen schlecht geht und sie nicht weg können. Laut geben. Sich bewegen. Versuchen, dorthin zu kommen, wo du hin bist. Am Ausgang arbeiten, weil der Ausgang die Stelle ist, an der du verschwunden bist.

Nichts davon richtet sich gegen dich. Alles davon richtet sich auf dich.

Warum es dich betrifft und nicht nur ihn

Dass dein Hund allein schlechter zurechtkommt als andere, hat mit der Bindung zu tun, die zwischen euch besteht. Das ist zunächst kein Fehler, sondern der Normalfall: Du bist für ihn der Punkt, an dem sich Anspannung wieder legt. Wenn du da bist, reguliert sich vieles von selbst. Wenn du gehst, fällt genau dieser Punkt weg.

Bogen B • Videoauswertung

Diesen Bogen füllst du beim Durchsehen der Aufnahme aus, nicht danach aus dem Gedächtnis.

Du kannst vorspulen, solange dein Hund ruhig liegt. In allen Phasen, in denen er nicht liegt, schaust du in Echtzeit und mit Ton. Winseln ist leise und geht beim Vorspulen verloren.

Datum: Länge der Aufnahme: Geplante Abwesenheit:

Min.	liegt	steht / läuft	Laut	an der Tür
1	☐	☐	☐	☐
2	☐	☐	☐	☐
3	☐	☐	☐	☐
4	☐	☐	☐	☐
5	☐	☐	☐	☐
6	☐	☐	☐	☐
7	☐	☐	☐	☐
8	☐	☐	☐	☐
9	☐	☐	☐	☐
10	☐	☐	☐	☐
11	☐	☐	☐	☐
12	☐	☐	☐	☐
13	☐	☐	☐	☐
14	☐	☐	☐	☐
15	☐	☐	☐	☐
20	☐	☐	☐	☐
25	☐	☐	☐	☐
30	☐	☐	☐	☐
35	☐	☐	☐	☐
40	☐	☐	☐	☐

Hier endet die Leseprobe.

Wenn der Hund nicht allein bleiben kann

Das vollständige Arbeitsheft hat 30 Seiten und 6 Arbeitsbögen zum Ausdrucken. Du bekommst es sofort nach dem Kauf als PDF.

9,90 Euro, einmalig, kein Abo.

Zum Heft:

hundeschule-unterhunds.de/themenpakete/?paket=allein

unterHUNDS – Hundeschule mit Verhaltenstherapie, Merzig