

Hund im Gepäck

Das Magazin



Angst bei Hunden

verstehen, erkennen, begegnen



**Entspannung
für Hunde**

Interview mit
Therese Wichmann

Gewinnspiel
Schleckmatte
von LickiMat ®

Inhalt

- 3 Editorial
- 4 Schon gewusst?
- 6 Angst bei Hunden
- 26 Entspannung für Hunde Interview mit
Therese Wichmann (Audio)
- 1 Gewinnspiel
- 2 Studienergebnisse: Geräuschangst bei Hunden
- 30 Kolumne: Ich bin (k)ein schlechtes Frauchen

Impressum

Hund im Gepäck – Das Magazin
Annika Grunert
St.-Georg-Str. 12
37293 Herleshausen

Webseite: hundimgepaeck.de
Tel.: 0049 (0) 176 64 23 59 69
redaktion@hundimgepaeck.de

Datenschutzerklärung
<https://hundimgepaeck.de/datenschutzerklaerung/>

Redaktion, Texte, Satz & Grafik
Annika Grunert

Fotos

Sofern nicht anders angegeben hundimgepaeck.de

Aboservice

Über Steady <https://steadyhq.com/de/hundimgepaeck/about>

Einzelhefte

über hundimgepaeck.de

Das Magazin und alle darin enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt.

Veröffentlichungen, auch auszugsweise, und die Weitergabe der digitalen Ausgabe bedürfen einer Genehmigung der Redaktion.

LIEBE LESER,

Trommelwirbel. Es ist endlich so weit: „Hund im Gepäck - Das Magazin“ erblickt das Licht der Welt. Ich freue mich sehr, die erste Miniausgabe präsentieren zu können. Viele weitere werden hoffentlich folgen sowie zwei gedruckte Hauptausgaben pro Jahr (ab 2024), aber das ist jetzt erst einmal der Startschuss im Kleinen. Und zwar mit einem großen Thema: Angst bei Hunden.



Foto: [SAMO Fotografie](#)

Angst begleitet Alex und mich schon von Anfang an. Wie einige von Euch wissen, ist Alex ein nicht-sozialisierter Angsthund. Wobei der Begriff „Angsthund“ einen schlechten Ruf hat und von vielen Leuten abgelehnt wird. Nichtsdestotrotz beschreibt er die Problematik am einfachsten, und bisher habe ich kein passendes Äquivalent gefunden. Alex ist eben nicht nur unsicher oder ein bisschen ängstlich.

Es gibt feine Unterschiede, die entscheidend sein können, sowie verschiedene Ausprägungen, Reaktionen und Ursachen. Immer wieder stelle ich fest, dass sich einige Hundebesitzer mit dem Thema Angst bei Hunden nicht auskennen. Das möchte ich gerne ändern. Denn ich bin mir sicher, dass es vielen Hunden und Menschen helfen würde. Nicht nur für solche extremeren Fälle wie Alex, sondern auch für jene, deren Hund vielleicht an sich kein Angsthase ist. Angst kann jeden treffen, auch uns Menschen, das dürfte wohl unumstritten sein. Jeder von Euch kann bestimmt eine Geschichte erzählen, in der er sich gefürchtet hat oder sogar richtig Angst empfunden hat. Meiner Meinung nach sollte sich jeder einmal mit dem Thema auseinandersetzen, um sich, seinem Hund und anderen etwas Gutes zu tun. Mehr Wissen und Verständnis in die Hundewelt zu bringen, ist mir also sehr wichtig und ein weiterer Grund, Angst bei Hunden als allererstes Thema für „Hund in Gepäck - Das Magazin“ auszuwählen. Ich hoffe, dass mein Artikel tatsächlich dazu beiträgt und mir gut gelungen ist, dass Ihr ihn verständlich, informativ und hilfreich findet. Am meisten würde mich freuen, dass jeder etwas für sich mitnehmen kann, sei es für sich persönlich oder für seinen Hund.

Es ist nicht nur die erste Ausgabe von „Hund im Gepäck - Das Magazin“, sondern auch das erste Mal, dass ich ein Magazin komplett allein erstellt habe. Als (Video)Journalistin besteht meine Arbeit hauptsächlich darin, Texte zu schreiben und Fernsehbeiträge zu erstellen. Jetzt kamen noch unter anderem Layout und Satz dazu. In dem Ausmaß war das völlig neu für mich. Also habt bitte ein Nachsehen: Gerade bei der Gestaltung musste ich ein paar Abstriche machen, weil dafür am Ende nicht viel Zeit übrig blieb. Schließlich wollte ich unbedingt, dass die erste Magazinausgabe am 1. Dezember 2023 erscheint. Warum? Weil das Alex Pass-Geburtstag ist. Passgeburtstag deshalb, weil keiner genau weiß, wann er geboren wurde. In seinem Pass steht halt der 1. Dezember 2011.

Außerdem lag mein Fokus darauf, gründlich zu recherchieren und genügend Zeit fürs Schreiben zu haben. Deshalb konnte ich bei der Gestaltung nicht mehr ausprobieren, um die Ausgabe optisch noch schöner zu machen. Aber es bleibt nicht die letzte Ausgabe, und so kann ich mit jedem Mal besser werden. Entschuldigt bitte auch, falls Ihr irgendwo einen Rechtschreibfehler oder Ähnliches findet. Auf einen Lektor muss ich derzeit aus finanziellen Gründen noch verzichten. Das werde ich aber so bald wie möglich ändern. So, genug der langen Rede.

Ich wünsche Euch viel Spaß beim Lesen und viele Erkenntnisse!

Annika Grunert

Schon gewusst?



Beruhigungsmittel zu Silvester

Oft gibt es bei dem Thema einen Aufschrei: „Bloß nicht machen, das legt die Hunde nur äußerlich lahm, aber innerlich bekommen sie alles mit und leiden nur noch mehr, weil sie nicht mehr fliehen können.“ Das stimmt, aber nur zum Teil. Es gibt Medikamente, auf die das zutrifft: Sie wurden Hunden früher verabreicht (teils werden sie es noch), damit die Tiere Silvester überstehen, aber die Medikamente machen es tatsächlich nur noch schlimmer für den Hund. Das trifft auf die Medikamente zu, die den Wirkstoff Acepromacin enthalten. Also die sollten auf KEINEN Fall verabreicht werden! Es gibt aber auch Medikamente, die den Hund innerlich beruhigen, ohne ihn zu „lähmen“.

Einem richtigen Paniker, der sich beispielsweise einkotet, versucht, sich durch Wände zu buddeln oder dergleichen, können Beruhigungsmittel zu Silvester unterstützen und ihn durch die beruhigende Wirkung später bereitmachen für ein Training. Angst lähmt und Lernen ist dann nicht möglich: Der Hundebesitzer kann dann auch meist machen, was er will, aber dringt nicht zu dem Tier durch. Wichtig ist, sich von einem Tierarzt beraten zu lassen, der sich am besten mit Verhaltensmedizin auskennt und für den jeweiligen Hund und dessen Gesundheitszustand ein Mittel auswählt.

Mehr dazu erfährst Du auch in dem Podcast von KOSMOS Hund „4 Pfoten, 2 Beine & 1000 Fragen“, indem Kate Kitchenham ein Interview mit Tierarzt Ralph Rückert führt (Titel: [„Alle Jahre wieder Silvester-Panik - was tun?“](#)).

In dem Blog-Artikel [„Der panische Hund am Pandemie-Silvester 20 - Alprazolam, Dexmedetomidin, Imepitoin, Alkohol?“](#) von Ralph Rückert findest Du neben Infos zum Thema Beruhigungsmittel für Hunde auch noch mehr Tipps für Silvester.

Hunde und Demenz

Wie wir Menschen bauen Hunde im Alter sowohl körperlich als auch geistig ab. Mit zunehmendem Alter wächst das Risiko von Jahr zu Jahr, dass sie an dem Caninen kognitiven Dysfunktionssyndrom (CCD) leiden. Umgangssprachlich heißt das, sie werden dement. Die University of Washington in Seattle hat 2018 das „Dog Aging Project“ gestartet. Die groß angelegte Studie beschäftigt sich mit dem Altern von Hunden




und damit, welche Faktoren zu einem langen, gesunden Leben führen. Dabei konnten sie auch einen Zusammenhang von Bewegung und Demenz herstellen. Den Untersuchungsergebnissen zufolge leiden aktive Hunde seltener an CCD als wenig aktive Hunde. Die Forschenden geben aber zu bedenken, dass die Ergebnisse anhand von Fragebögen entstanden sind, die von den Hundebesitzern ausgefüllt wurden. Außerdem sei noch Manches zu prüfen: Denn der Rückgang der geistigen Leistung könne auch zu geringerer Aktivität führen. Untersuchungen haben aber bereits gezeigt, dass Menschen, die sich regelmäßig bewegen, seltener an Alzheimer und anderen Formen von Demenz erkranken.



Walnüsse lecker, aber...

gefährlich für Hunde: Denn sie können von einem Schimmelpilz aus der Gattung *Penicilium* befallen sein. Dieser produziert einen Giftstoff, der für Hunde tödlich sein kann. Zwar befindet sich nicht auf jeder Walnuss ein Schimmelpilz, aber da man ihn mit dem bloßen Auge nicht erkennt, lieber Hände weg von Walnüssen und den Hund vor allem nicht darauf herumkauen lassen.



A close-up, profile view of a dark-colored dog's head, likely a Labrador Retriever, looking towards the right. The dog's fur is dark with some lighter, tan-colored patches on its face and neck. A red tag is visible on its collar in the bottom left corner. The background is a plain, light gray.

Angst bei Hunden

verstehen, erkennen, begegnen

Alex bleibt stehen, verlagert sein Gewicht nach hinten, streckt aber gleichzeitig seine Schnauze nach vorne. Seine Hundeoehren sind gespitzt, drehen sich aber immer wieder kurz nach hinten. Er blickt direkt auf das starre Ungeheuer. Er geht zwei Schritte vorwärts, um gleich wieder stehen zu bleiben. Sein Nasenrücken kräuselt sich. Er atmet intensiv sowie schnell ein und aus, um über den Geruch eine Einschätzung zu bekommen. Noch ein paar Schritte vor: Der Hals und Kopf recken sich weiter, aber sein Schwerpunkt bleibt auf den Hinterbeinen. Er schnuppert am Ungeheuer und springt sofort wieder zurück. Kurz darauf wiederholt sich das Schauspiel, nur dass es dieses Mal schneller abläuft. Irgendwann bemerkt Alex dann, dass er gar kein Ungeheuer vor sich hat und dass von der Statue keine Gefahr ausgeht. Oft bekommen wir in solchen Situationen zu hören: „Der ist aber ängstlich.“

Genau genommen verhält sich Alex allerdings unsicher. Natürlich hängt seine Unsicherheit mit seiner Angst zusammen, aber er zeigt in dem geschilderten Fall keine seiner Angstreaktionen (dazu später noch mehr). Also Angst und Unsicherheit sind genau genommen zwei verschiedene Dinge. Angst ist eine Emotion. Der Betroffene sieht sein Leben in Gefahr. Deshalb erweist sich ein gewisses Maß an Angst als lebenswichtig, denn sie sichert das Überleben. Unsicherheit kann auftauchen, wenn man etwas Neues ausprobiert oder kennenlernt. Allerdings empfindet derjenige die Situation nicht als lebensbedrohlich. Aus Unsicherheit kann aber natürlich eine Angst entstehen. Es ist etwas knifflig: Umgangssprachlich muss der Begriff Angst nämlich für vieles herhalten und wird oft synonym verwendet.



Das stellt an sich kein Problem dar. Wenn es aber darum geht, seinem Hund zu helfen, kann es anders aussehen. Eine Unterscheidung zwischen Angst, Furcht und Phobie kann dann den Unterschied machen.

Furcht, Angst und Phobie sind nicht dasselbe

Furcht: Bei Furcht handelt es sich um eine konkrete Bedrohung. Der Hund fürchtet sich vor einem bestimmten Objekt oder einer bestimmten Person. Die Besorgnis wird also durch die tatsächliche Gegenwart des Reizes ausgelöst.

Angst: Wenn ein Hund Angst hat, dann ist er besorgt, dass etwas Schlimmes passieren könnte. Also handelt es sich bei Angst eher um diffuse Situationen, und sie bezieht sich im Gegensatz zur Furcht nicht darauf, was tatsächlich ist.

Phobie: Eine Phobie wird als irrational bezeichnet. Nicole Wilde schreibt in ihrem Buch „Der ängstliche Hund“, dass „Phobien krankhaft starke Angstreaktionen sind, die in keinem Verhältnis zu der tatsächlichen Bedrohung stehen.“

Mit der Angst vor Spinnen lässt sich das gut verdeutlichen: Bei manchen Menschen reicht ein Foto oder nur das Wort „Spinne“ aus, um Herzrasen, Schweißausbrüche und schlaflose Nächte hervorzurufen.

Alle drei Begriffe sind eng miteinander verwandt, und Angst gilt oft als Oberbegriff. Der Einfachheit halber wird er im Weiteren so verwendet, sofern eine Unterscheidung nicht notwendig ist. Allgemeiner lässt sich sagen: Wenn ein Hund eine Situation als gefährlich bewertet, sie nicht einschätzen kann, nicht damit umgehen kann und sich überfordert fühlt, entsteht Angst. Dabei können verschiedene Faktoren eine Rolle spielen. Das kann erst einmal unabhängig vom Alter, von der Rasse und der Persönlichkeit sein. Also jeder Hund kann Angst entwickeln.

Selbst die coolste Socke hat Angst

Mein vorheriger Hund Struppi war eine äußerst coole Socke. Es gab nichts, was ihn aus der Ruhe brachte. Ihm wurde blöderweise sogar einmal ein Böller vor die Pfoten geworfen und ich habe ihn nicht einmal zucken sehen. Das dürfte damit zusammenhängen, dass er weder einen großen Schrecken erlitt noch verletzt wurde. Nachdem



er einmal von einem Auto überrollt wurde, lief er nicht mehr blindlings über die Straße. Ein anderes Mal endete ein Jagdversuch von ihm darin, dass sich das Pony umdrehte und ihn jagte. Danach hatte er kein Bedürfnis mehr, großen Tieren hinterherzurennen. Die Situationen hauchten ihm Respekt ein, eine Angst oder Furcht entwickelte er dadurch aber nicht. Anders verhielt es sich, als er 14 oder 15 Jahre alt war und ein Pferd auf seine Pfote trat. In der Klinik musste ihm daraufhin eines der Pfotenkissen abgenommen werden, was den Lauten nach sehr schmerzhaft war. Da ich kurz darauf eine Weile nicht geritten bin, zeigte sich der Effekt erst ein paar Jahre später. Als ich ihn mit zum Probereiten nahm, fing er beim Anblick des Pferdes heftig an zu zittern und er wollte einfach nur weg. Diese Angst beziehungsweise die Ursache können die meisten nachvollziehen und sie muss nie groß erklärt werden. Ganz anders sieht es bei Alex aus.

„Oh, der hat bestimmt ganz schlimme Erfahrungen gemacht“, bekomme ich oft zu hören, wenn Alex sich vor Fremden versteckt oder wegrennen will. Natürlich ist das möglich, denn traumatische Erfahrungen oder

Misshandlungen können die Ursache von Angst bei Hunden sein, aber es gibt noch mehr und in Alex Fall reichen die Gründe noch viel tiefer. Dafür zunächst ein Rückblick.

Kitschig, aber wahr:

Es war Liebe auf den ersten Blick

Ich erinnere mich noch genau an Alex und meine erste Begegnung. Im Internet hatte ich einen Hund im Tierheim entdeckt. Da zuvor jemand anderes bei einem anderen Hund schneller war als ich, entschied ich mich, dieses Mal direkt zum Tierheim zu fahren. Bei Ankunft nahm ich mir vor, alle Hunde anzuschauen und nicht nur den einen. Gedacht, getan. Alex war mit vier, fünf oder sechs anderen Hunden, ganz genau weiß ich es nicht mehr, in einem der ersten Zwinger, in die ich schaute. Einige seiner Kumpanen kamen gleich ans Gitter und suchten Aufmerksamkeit. Alex kam etwas verspätet aus dem Hausinneren hervor. Er und ein paar andere Hunde hielten Abstand. Alex Ohren waren interessiert nach vorne gerichtet und unsere Blicke trafen sich. Auch wenn ich es da noch nicht richtig wahrhaben wollte,



war in dem Moment schon klar: Er ist der Richtige! Doch zunächst schaute ich noch alle anderen Hunde an. Der Hund, den ich eigentlich im Internet auserkoren hatte, gefiel mir live irgendwie nicht und ich spürte keinerlei Gefühlsregung beim Anblick. Wie ich vom damaligen Tierheimleiter erfuhr, hatte dieser eh schon Interessenten, und als ich erzählte, dass mir Alex auch gefalle, war der Drops gelutscht. Irgendwie hatte ich keine Wahl mehr.

„Ich muss Dich aber vorwarnen: Dieser Hund hat noch nichts kennengelernt.“

Als der Tierheimleiter sagte, er sei erst ein halbes Jahr alt und aus Rumänien, wollte ich noch widersprechen: Ich wollte weder einen so jungen Hund noch einen aus dem Ausland, aber ich bekam kein Wort heraus und der Tierheimleiter redete schnell weiter. „Ich muss Dich aber vorwarnen: Dieser Hund hat noch nichts kennengelernt. Aber wir holen ihn aus dem Zwinger und Du kannst Dich mit ihm in einen Auslauf setzen.“ Ich wollte wieder widersprechen, aber der Tierheimleiter war weg, bevor ich auch nur ein Wort entgegen konnte. „Okay, ich kann ja tatsächlich einmal schauen, was passiert. Im Auslauf sitzen, heißt ja nicht, dass ich den Hund nehmen muss“, dachte ich. Mein Innerstes wusste es dort schon besser...

In der Tötung geboren

Erst im Auslauf erfuhr ich, dass der Tierheimleiter und ein weiterer Mitarbeiter Alex einkesseln mussten, um ihm ein Geschirr und Leine anzuziehen. Alex kannte keinen Kontakt zu Menschen und aus Angst versuchte er, sie zu meiden. Sie mussten ihn sogar aus dem Zwinger tragen, denn an der Leine gehen, hatte Alex ebenfalls nicht gelernt. „Dieser Hund hat solche Angst, dass ich stark davon ausgehe, dass er nicht auf der Straße gelebt hat, sondern in der Tötung geboren wurde, und dass die Mutter eventuell ebenfalls Angst hatte und/oder starkem Stress ausgesetzt war“, erzählte mir der Tierheimleiter irgendwann. Was das genau bedeutet, habe ich erst viel später begriffen.

Der damalige Tierheimleiter war Hundetrainer und hat viele Erfahrungen mit Straßenhunden. Nicht nur aus seiner Arbeit im Tierheim, sondern auch weil er in verschiedenen Ländern Straßenhunde erforscht hatte. Er war unter anderem an der Studie von Günter Bloch zu den „Pizza-Hunden“ in Italien beteiligt und

bereiste später einige andere Länder, in denen Straßenhunde leben. Also er kannte sich mit der Thematik aus und wusste aus Erfahrung, dass ein Hund, der zum Beispiel in Rumänien auf der Straße lebte, sich trotz Kulturschock normalerweise anders verhält als Alex.

Es gibt verschiedene Gründe, warum Angst entsteht

Natürlich zeigt ein Straßenhund, der aus dem ländlichen Raum in die deutschen Städte kommt, bei neuen Dingen und Situationen erst einmal Unsicherheit, Furcht oder Angst und entwickelt vielleicht sogar Phobien. Das ist auch bei uns Menschen völlig normal. Die Natur hat es extra so vorgesehen, dass wir erst einmal skeptisch reagieren, wenn es um Unbekanntes geht, damit wir überleben. Wie jemand genau reagiert, wie stark und wie schnell das abgelegt werden kann, ist eine andere Geschichte und sehr individuell. Da spielen verschiedene Faktoren eine Rolle, die eben auch für die Entstehung von Angst verantwortlich sind.



Genetik (Vererbung und Veranlagung)

Menschen besitzen 36 Chromosomen, Hunde 78. Die Chromosome tragen die Gene und diese wiederum bilden die Bausteine der Vererbung. Sie spielen nicht nur eine Rolle in Sachen Geschlecht, Aussehen und Anfälligkeit für Krankheiten, sondern auch bei der Bildung der Persönlichkeit. Es soll wohl noch keine konkret definierte Anlage im Erbgut gefunden worden sein (vgl. Rütter, 2022), aber dass die Genetik bei der Angst eine Rolle spielt, steht fest.

Wenn es darum geht, wie leicht sich ein Hund traumatisieren lässt, hängt es auch mit der Rasse zusammen. Hütehunde wie Border Collies und Australian Shepherds gelten als anfälliger für Ängste. Ihre ursprüngliche Arbeit besteht darin, Schafe zu hüten. Damit sie das vernünftig ausüben können, müssen sie jede Veränderung wahrnehmen. Deshalb sind sie grundsätzlich etwas empfindlicher und zugleich anfälliger für Ängste. Rottweiler wurden zwar ebenfalls zum Treiben gezüchtet, aber sie kamen bei Großvieh wie Rinder zum Einsatz. Da darf Hund nicht zimperlich sein. Außerdem sollten sie das Vieh zusätzlich bewachen. Folglich gelten Rottweiler an sich als nervenstärker als Hütehunde.

Beim 5. Online-Hundekongress erzählte die Verhaltensbiologin und Hundetrainerin Dr. Stefanie Riemer im Interview mit der Veranstalterin, Biologin und Hundetrainerin Ariane Ullrich, dass Schäferhunde sehr früh anfällig für Ängste sein sollen. Etwa direkt ab der dritten Woche soll bei ihnen die kritische Phase beginnen. Bei Cavalier Kings Charles hingegen setze diese erst später ein. Somit kann die Rasse einen Unterschied machen, wie anfällig ein Hund für Ängste ist. Früher wurde angenommen, dass sich das genetische Verhalten nicht ändern lässt. Das gilt mittlerweile als überholt, und da kommt die folgende Ursache für Angst ins Spiel.

Epigenetik

Die Epigenetik gilt als das Bindeglied zwischen Genen und Umwelteinflüssen. Kurz und knapp bestimmt sie darüber mit, welches Gen wann angeschaltet wird und wann wieder aus. Die Wissenschaft hat herausgefunden, dass sich Ängste und Traumata über die Gene weitergeben lassen. Das hat unter anderem ein Experiment mit Mäusen gezeigt. Bei einem bestimmten Geruch haben die Mäuse einen Stromschlag bekommen, sodass diese eine Angst vor dem Geruch entwickelten. Die Angst vor diesem Geruch konnte noch bei den Mäusen der nachfolgenden Generationen beobachtet werden, obwohl sie das nicht selbst erlebt haben – also keinen Stromschlag bekommen hatten. Im Übrigen gilt das

auch für uns Menschen: Wir können ebenfalls von unseren Vorfahren Traumata vererbt bekommen. Außerdem spielt die Zeit während und vor der Geburt eine Rolle. Wenn eine Mutterhündin während der Trächtigkeit enormen Stress erlebt, dann gibt sie die Stresshormone über die Nabelschnur an die Welpen im Mutterleib weiter. Da bereits im Mutterleib die Bildung des Stresssystems eines Hundes beginnt, ist ein ruhiges und liebevolles Umfeld sehr wichtig. Die Epigenetik wird von immer wiederkehrenden Effekten verändert und bleibt vermutlich irgendwann so. Dabei gilt: Je jünger ein Tier, umso prägender. Das passt zur nächsten Ursache für Ängste. (Das Thema Epigenetik wird noch ausführlich in einer der kommenden Ausgaben von „Hund im Gepäck – Das Magazin“ behandelt.)

Mangelnde Sozialisierung

Für die Entwicklung eines Hundes sind vor allem die Übergangs-, die Prägungs- und Sozialisierungsphase entscheidend. Also die Erfahrungen, die Welpen von der 3. bis zur 12./14. Woche machen, beeinflussen mit, wie ängstlich oder mutig ein Hund wird. Es bildet sich eine Art Referenzzentrum, anhand dessen neue Reize bewertet und abgeglichen werden. Angenehme Momente speichert der Welpen als angenehm ab und erlebt sie auch später so.

Das Gleiche gilt für unangenehme Situationen. Wenn der Welpen eine negative Erfahrung macht, zum Beispiel dass er mit einem Stock geschlagen wurde, kann er eine Angst oder Furcht gegenüber Stöcken



entwickeln und/oder gegen die Person im Speziellen oder verallgemeinert auf beispielsweise Männer, wenn es ein Mann war. Die Erfahrungen also, die der Welpen in diesem Zeitraum macht oder nicht macht, entscheiden mit über seine Ängstlichkeit. Schlechte Erlebnisse sind das eine, keine das andere. Wenn ein Welpe keinerlei Erfahrungen sammelt und beispielsweise, wie Alex isoliert von der Außenwelt aufwächst, wird er höchstwahrscheinlich weitaus ängstlicher sein als ein sozialisierter Hund. Schließlich muss der Nichtsozialisierte alles neu bewerten. Das kann es beim Training schwieriger machen, denn eine Erfahrung, die einmal gemacht wurde, kann zwar neu verknüpft werden, also positiv statt negativ, aber es kann keine Erfahrung nachgeholt werden. Oder mit Martin Rütters Worten gesagt:

„Es ist deutlich schwieriger und zum Teil unmöglich, erwachsene Hunde mit allem vertraut zu machen, was sie bisher nicht kennengelernt haben.“ (Rütter, 2022). Deshalb sollten Welpen immer so viele verschiedene Erfahrungen sammeln wie möglich, aber natürlich immer nur so viele, dass sie nicht überfordert werden.

Traumatische Erlebnisse

Meiner Erfahrung und meinem Empfinden nach, werden schlimme Erfahrungen immer als Erstes genannt und/oder vermutet. Ein Trauma entsteht, wenn der Hund oder der Mensch extreme psychische Belastungen erlebt und keine passende Bewältigungsstrategie kennt. Ob ein Hund



traumatisiert wird, hängt sowohl von der Persönlichkeit als auch von den anderen genannten Ursachen ab.

Ob beziehungsweise inwieweit Alex Leben in der Tötungsstation traumatisch war, weiß keiner so genau, aber ein Beispiel gibt es trotzdem. Er war noch nicht lange bei mir, da hat er sich beim Spaziergehen auf einen im Gras versteckten Stromzaun gesetzt. Den erlebten Schmerz hat er dann blöderweise mit vorbeifahrenden Fahrrädern, die ihm eh schon nicht geheuer waren, und der Leine verknüpft. Ab da sprang er regelmäßig in die Leine und Fahrräder waren der Horror und sind es trotz Training teils noch immer – auch weil es noch ein paar weitere unschöne Situationen mit Fahrrädern gab. Jenes Erlebnis dient auch als Beispiel für eine weitere Ursache von Angst beim Hund, und zwar die

Lernerfahrungen

(erlernte oder assoziierte Ängste)

In der Lerntheorie gibt es verschiedene Möglichkeiten, wie ein Hund lernt, und das gilt ebenso für Ängste, zum Beispiel über Konditionierung, Generalisierung und/oder Nachahmung. Wenn die Mutter beispielsweise Angst vor Männern hat, kann es passieren, dass der Welpe das übernimmt. Bei Alex fanden zweimal unpassende Verknüpfungen statt: Die bereits erwähnte Stromzaungeschichte und Kirchenglocken. In unserem ehemaligen Wohnort in Baden-Württemberg fing Alex irgendwann an, in Panik zu geraten, wenn die Kirchenglocken läuteten. Allerdings wollte er nur bei dem Läuten um Mitternacht wegrennen, wenn wir gerade draußen waren. In der Wohnung wurde er bei dem Geräusch ebenfalls unruhig. Es hat gedauert, bis ich herausgefunden habe, woran das lag: In dem Dorf gehört es dazu, bei Geburtstagen um Mitternacht ein Feuerwerk zu zünden. Alex hat die Raketen mit dem Glockenschlagen verknüpft, sodass er beim Mitternachtsläuten immer davon ausging, gleich knallt es.

Gesundheit/körperliche Ursachen

Verschiedene körperliche Gründe können ebenfalls Angst beim Hund auslösen. Dazu zählen unter anderem ein Vitaminmangel, Gehirnerkrankungen und hormonelle Veränderungen. Die Hormone spielen eine große Rolle, wenn es um das Thema Angst geht. So gehört eine Schilddrüsenunterfunktion zu den häufigsten Erkrankungen, die mit Angst einhergehen beziehungsweise diese verursachen oder verstärken. Daneben gehen Schmerzen oft einher mit Ängsten beim Hund.

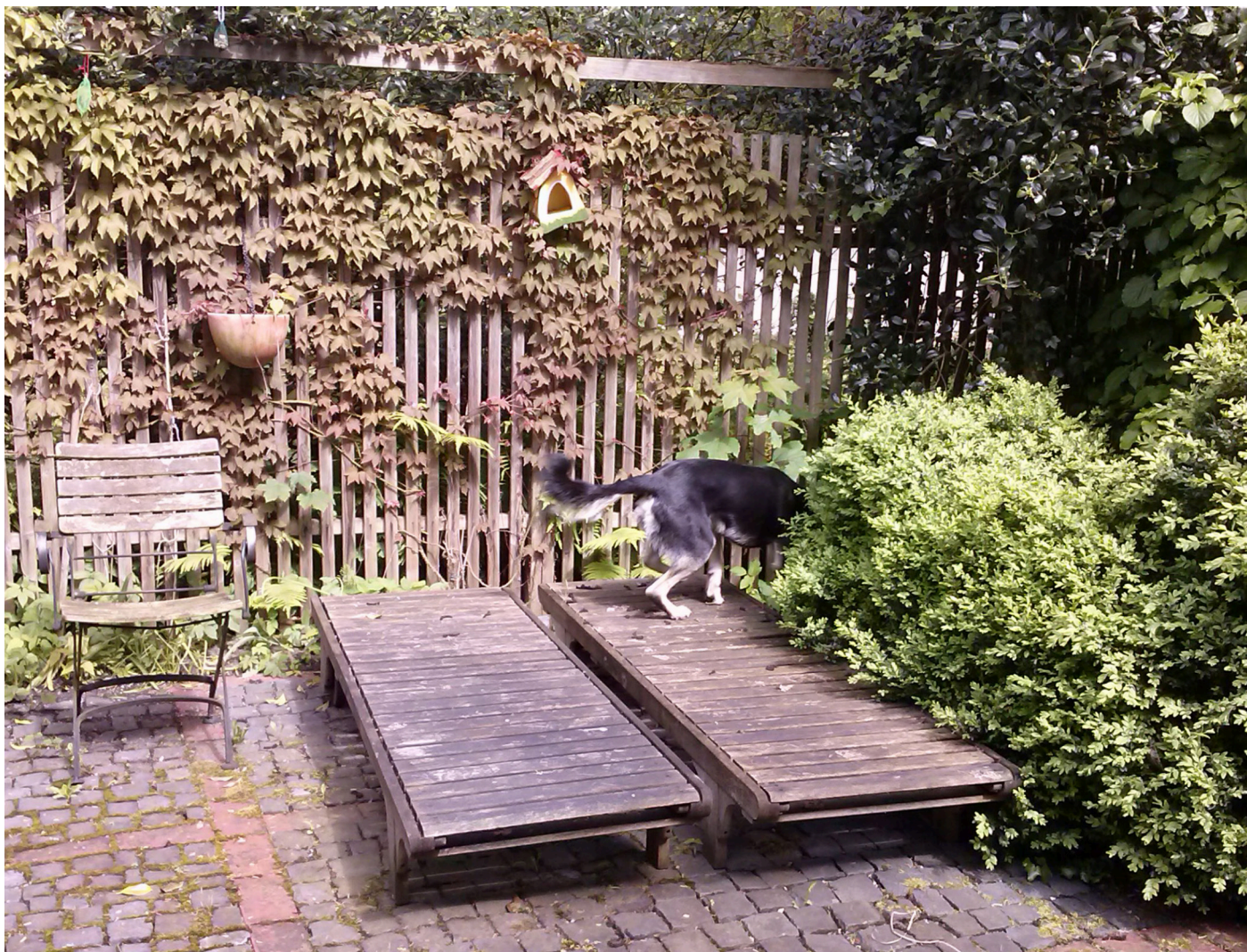


Daneben gibt es noch weitere Faktoren, die eine Rolle spielen können. Eine Kastration, vor allem eine zu frühe Kastration, also bevor der Hund die Pubertät erreicht, kann Ängste gegebenenfalls verstärken. Bei angstaggressiven Rüden raten sogar einige Tierärzte von einer Kastration ab, weil diese Rüden von der Wirkung des Testosterons eher noch profitieren. Die Hormonumstellung während der Pubertät kann einen Hund ebenfalls noch unsicherer und ängstlicher machen.

Bei Alex kommen gleich mehrere Ursachen zusammen. Dadurch, dass er seine ersten Lebensmonate in einer rumänischen Tötungsstation verbracht hat, fehlt ihm die Sozialisierung mit der Umwelt. Das ist Fakt. Wenn er Kontakt zu Menschen hatte, kann es natürlich sein, dass dieser negativ und/oder traumatisierend war. Reine Spekulation. Wissen tun wir das nicht. In Sachen Genetik lässt sich nur sagen, dass vermutlich ein Schäferhund, Husky und irgendeine Windhundrasse in ihm stecken. Aus Sicht der Epigenetik gibt es ebenfalls nur Vermutungen (wie stressige Geburt, ängstliche Mutter).

Manches bleibt unheimlich

Selbst die Faktoren, die nicht belegt sind, liegen nahe, weil er sich nicht nur fürchtet, sondern Angst hat und trotz positiver Belegung nicht generalisiert. Das bedeutet, dass er trotz intensivem Trainings vor manchen Dingen nach wie vor Angst hat. Ein Beispiel: Wenn Alex auf Kinder trifft, spannt sich sein ganzer Körper an. Nervös scannt er die Umgebung ab und sucht Fluchtwege. Oft versucht er zu fliehen, indem er mit Vollkaracho in die Leine springt. Unter anderem im Hundeverein haben wir daran gearbeitet, indem ganz kurz zusammengefasst Kinder ihm großartige Leckereien gegeben haben. Erst aus der Distanz hinter einem Zaun und stufenweise bis zu dem Punkt, dass Alex freiwillig und ohne Angst aus der Hand fraß. Die Kinder waren dann in Ordnung. Ähnlich lief es mit meiner Nichte ab, als sie noch jünger war. Von ihr ließ sich Alex sogar irgendwann streicheln. Also bestimmte Kinder kann man ihm mit Leckereien ohne Druck und in Alex Tempo näherbringen, aber er überträgt das Positive nicht auf andere. Noch immer verfällt er in Angst und will fliehen, sobald er ein fremdes Kind sieht.



Das ist eine der möglichen Angstreaktionen, die Tiere und Menschen zeigen können. Wenn es um Angst geht, wird oft von den drei (bzw. vier oder fünf) Fs gesprochen. Dazu gehören:

Flight: Flucht war anfangs Alex einzige Angstreaktion. Nur schnell und möglichst weit weg von dem angstausslösenden Reiz, Ort oder Situation. Darauf setzen viele Wildtiere, wie Rehe und Hasen. In den ersten Jahren wurde Alex mehrmals von großen Hunden attackiert und einmal sogar von einem ganzen Rudel gehetzt. Anfangs rannte er weg, aber irgendwann schlug sein Verhalten um. Also fight statt flight.

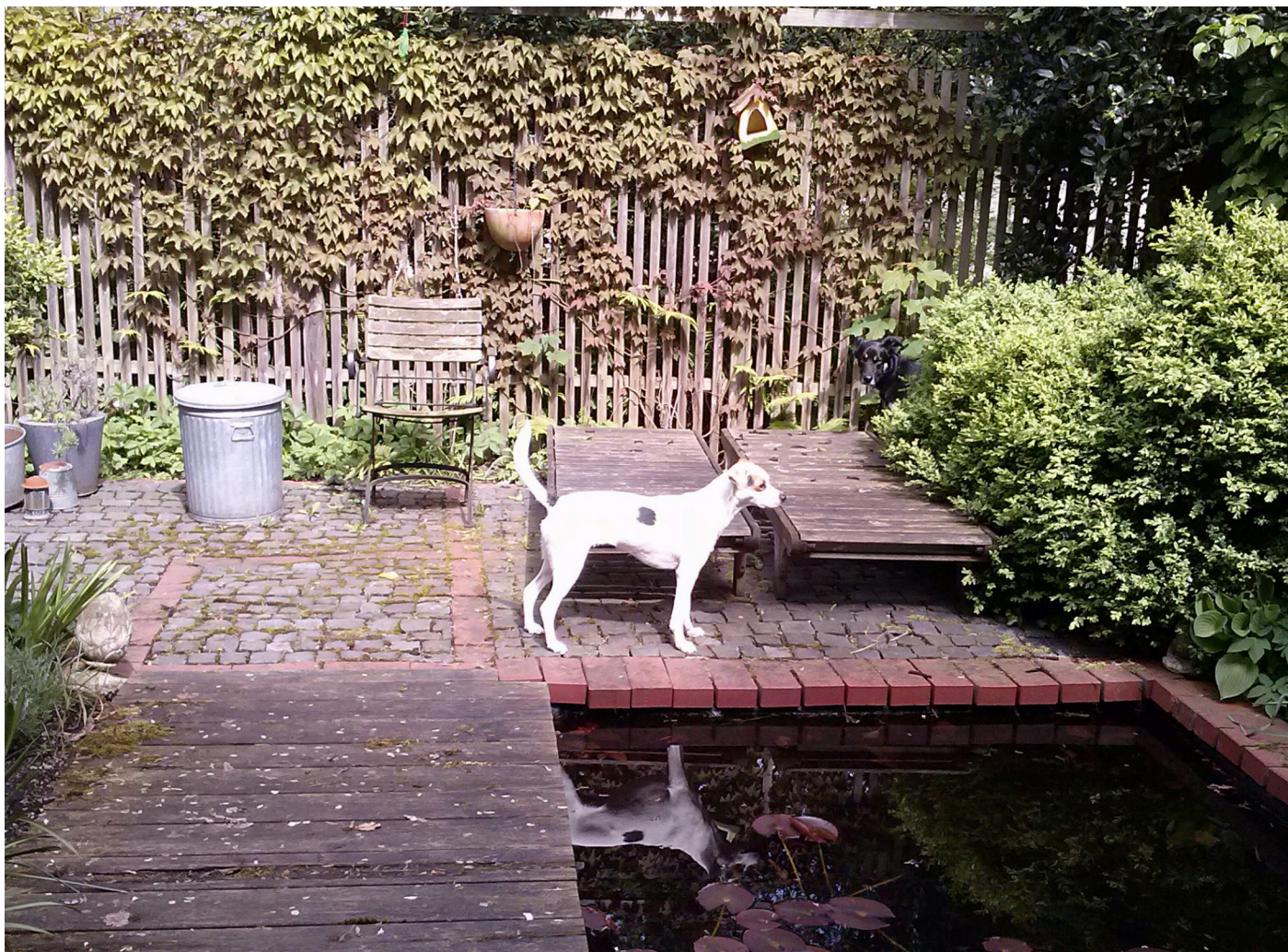
„Immer dann, wenn ein Hund mit allen ihm bekannten Bewältigungsstrategien keinen Erfolg hat, kann sich offensive Aggression entwickeln, nach dem Motto: Angriff ist die beste Verteidigung!“ (Rütter, 2022)

Fight: Die Angst sorgt in diesem Fall dafür, dass der Hund nach vorne geht und attackiert. Darauf greift Alex beispielsweise bei Hundebeggnungen zurück. In

anderen Situationen bellt er erst einmal nur und bleibt auf Abstand. Durch das Bellen will er die Distanz vergrößern und das Ungeheuer fernhalten. Es gibt einige ängstliche Hunde, die so reagieren. Nicht selten verfallen sie aber irgendwann in den Angriffsmodus.

Freeze: Manche Hunde oder auch Menschen verfallen in eine Starre und können sich gar nicht mehr bewegen. Sie frieren also ein. Das zeigt Alex beispielsweise beim Tierarzt. Mit jedem Besuch lockert sich die Starre, aber bei fremden Tierärzten geht es von vorne los. Als er einmal in der Tierklinik geröntgt werden musste, war und blieb er so

stocksteif, dass die Mitarbeiter für die Röntgenaufnahmen auf eine medikamentöse Ruhigstellung verzichteten.



Fiddle about: Das bezeichnet ein Herumalbern, das häufig mit Spielen verwechselt wird. Es sieht so aus, als würde der Hund Spielaufforderungen machen, indem er sich auf die Vorderbeine wirft, mit der Rute wedelt und Geräusche von sich gibt. Jedoch will der Hund nicht spielen, sondern hat Angst oder ist unsicher und weiß sich nicht anders zu helfen, um aus der Situation zu kommen oder die Erregung loszuwerden. Nicht alle „Hundeexperten“ zählen „Fiddle about“ zu den typischen Angstreaktionen. Alex zeigt diese Übersprungshandlung typischerweise in Konfliktsituationen, wenn er sich hin und her gerissen fühlt. Also einerseits fühlt er sich nicht sicher, andererseits möchte er zu dem Reiz. Erst kürzlich warf er sich deshalb einem Pony zu den Hufen.

Faint: Aus dem Englischen übersetzt, bedeutet „to faint“ in Ohnmacht fallen. Als Angstreaktion äußert es sich eher als ein sich Totstellen. Hunde zeigen dieses Verhalten üblicherweise nicht. Deswegen wird sie meistens auch nicht aufgeführt bei den Fs.

Wie erkenne ich, dass mein Hund Angst hat?

Je nach Charakter und je nach Situation können Hunde also unterschiedliche Reaktionen zeigen. Die Strategie, die sich bewährt hat, um das Ungeheuer fernzuhalten, wird natürlich häufiger gezeigt. Generell ist Angst eine individuelle Sache. Pauschalaussagen über Schweregrad, Ursache und Reaktion lassen sich nicht treffen. Das gilt genauso für die Anzeichen. Die Frage, wie ich erkenne, ob mein Hund Angst hat, lässt sich daher nicht pauschal beantworten. Es gibt

natürlich bestimmte Verhaltensweisen beziehungsweise Anzeichen, die häufiger gezeigt werden. Vor allem eine gesenkte Rute und nach hinten geklappte Ohren. Allerdings muss jeder Hund individuell und im Gesamten betrachtet werden. Ein einzelnes Anzeichen reicht nicht aus, um eine Angst beim Hund zu erkennen. Der Schweregrad der Angst und die jeweilige Situation spielen ebenso eine Rolle, denn die Anzeichen können auch für andere Dinge stehen, wie beispielsweise Stress, Krankheit, Schmerzen oder ein hoher Erregungszustand, weil beispielsweise der Rüde eine läufige Hündin aufgespürt hat.

Mögliche Symptome:

- Eingezogene Rute, teils bis unter den Bauch
- Flach angelegte Ohren (hinter dem Kopf am Nacken)
- Erweiterte Pupillen
- Aufgestellte Nacken- und/oder Rückenhaare
- Aufgerissene Augen oder auch Schlitze: Weiß ist oft erkennbar
- Geschlossenes, angespanntes Maul, Lefzen lang zurückgezogen
- Körper nach hinten, das Gewicht liegt auf den Hinterbeinen
- Zittern
- Heftiger, plötzlicher Harn- und Kotabsatz
- Gesteigerte Darm- und Blasentätigkeit
- Gesteigerter Speichelfluss
- Erhöhte Herzfrequenz, schnellere Atmung
- Hecheln
- „Schweißfüße“, also die Pfoten hinterlassen Abdrücke auf dem Asphalt, den Fliesen etc.
- Rundrücken
- Plötzlicher Haarausfall
- Schuppen
- Abwehrschnappen
- Schneller Angriff nach vorne und zurück
- Laute sind möglich, wie Winseln, Fiepen oder Bellen

Übersprungshandlungen und Beschwichtigungssignale können genauso gut bei Angst gezeigt werden, wobei es in der Wissenschaft Hinweise geben soll, dass das eher soziale Signale sein sollen und nicht zwingend mit Stress zu haben (vgl. Riemer). Über die Lefzen lecken, pföteln, gähnen, blinzeln, Kopfabwenden, auf den Rücken werfen, übertriebenes Putzen, sich kratzen, im Kreis drehen, plötzliches, übertriebenes Schnüffeln gehören unter anderem dazu.



Um das Verhalten des Hundes richtig zu deuten und bereits die ersten Anzeichen von Angst zu erkennen, bedarf es Erfahrung in Sachen Körpersprache. Außerdem sollte der Hundebesitzer seinen Hund gut kennen. Ein geschlossenes Maul mit nach hinten gezogenen Lefzen, angespannter Körperhaltung, ein schneller schlagendes Herz und tellergroße Pupillen zeigt Alex beispielsweise auch, wenn ihn das Jagdfieber packt. Er rennt unruhig umher und fiept, wenn er Hunger verspürt und sich zu viel Magensäure angesammelt hat. Einer seiner Hundekumpels zieht die Rute fast unter den Bauch, macht den Rücken rund und zittert, wenn er friert. Also es reicht nicht aus, nur die Körpersignale zu deuten. Wie erwähnt spielt der Kontext ebenso eine Rolle. Ein Hund, der sich auf die Vorderbeine wirft, den Schwerpunkt auf den Hinterbeinen behält und bellt, kann herumalbern oder beschwichtigen, aber es kann genauso gut eine echte Spielaufforderung sein. Ebenso wenig darf vergessen werden, dass manche Signale so fein und so schnell vonstattengehen, dass der Mensch sie gar nicht mitbekommt. Außerdem: Wenn zwei verschiedene Personen das Hundeverhalten deuten, können zwei verschiedene Bewertungen dabei herauskommen. Je nachdem, was der jeweiligen Person auffällt und was nicht. Also auch in diesem Punkt, genau wie im gesamten, bleibt Angst eine knifflige Angelegenheit. Fest steht aber, dass sie Folgen haben kann.

Angst macht auf Dauer krank

Ein Hund, der Angst hat, erleidet Stress. Der Herzschlag wird schneller und es werden verschiedene Hormone ausgestoßen, wie Cortisol und Noradrenalin. Diesen normalen Prozess hat die Natur gut eingefädelt: Denn dadurch sind Mensch und Tier besser sowie schneller handlungsfähig. Dieser körperliche Prozess ist per se nicht schlimm. Schließlich kann Stress auch positiv sein. Wenn man etwas Neues ausprobiert, verspürt man Aufregung und Freude zugleich. Es gibt aber auch negativen Stress, und das ist bei Angst der Fall.

Je nachdem, wie lange der Stress anhält und wie oft er auftaucht, kann sich das sowohl auf die Psyche als auch auf den Körper negativ auswirken. Der Hund kann die Stresshormone nicht mehr abbauen (was je nach Hormon und Menge eh schon teilweise Stunden bis Tage dauern kann) und er kommt nicht mehr zur Ruhe, die er jedoch benötigt, um sich zu entspannen und Stress abzubauen. Irgendwann schlägt sich das dann auf die Organe nieder. Magen-Darm-Erkrankungen sind bei ängstlichen Hunden nicht selten. Zusätzlich kann das Immunsystem durch

Dauerstress in Mitleidenschaft gezogen werden, weil es beispielsweise durch einen hohen Cortisolspiegel beeinträchtigt wird. Und ein geschwächtes Immunsystem macht einen Hund bekanntlich anfälliger für Krankheiten und kann dafür sorgen, dass er schlechter genest.

„Die Augen fielen immer wieder zu, aber das kleinste Geräusch ließ ihn wieder hochschrecken.“

Die erste Zeit, die Alex bei mir war, kam er überhaupt nicht zur Ruhe. Die Müdigkeit war ihm deutlich anzusehen, aber er konnte einfach nicht ruhen, geschweige denn schlafen. Die Augen fielen immer wieder zu, aber das kleinste Geräusch ließ ihn wieder hochschrecken. Sein erstes Wohnumfeld war natürlich das falsche und ich habe manch Fehler gemacht, aber trotzdem dauerte es ein paar Jahre, bis Alex regelmäßig tief und fest schlief sowie über den Tag verteilt ordentlich ruhte. Deshalb freue ich mich nach wie vor jedes Mal darüber, ihn mittlerweile oft zu Hause ruhig und entspannt zu sehen. Seine Angst schlug sich aber nicht nur auf seinen Schlaf nieder. Die ersten Jahre hatte Alex oft mit Magen-Darm-Problemen wie Durchfall und Erbrechen zu tun. Heutzutage kann es zwar noch vorkommen, dass er beispielsweise abends etwas breiige Haufen absetzt, aber da seine Nerven mittlerweile stärker sind und er keinen dauerhaften Stress mehr erleidet, passiert das nur noch ab und zu.

Das gesamte Wohlbefinden leidet ebenfalls unter Angst. Wenn ein Hund in Panik gerät und wegrennt, birgt das zusätzliche Gefahren. Denn bei Angst und Panik setzt der Verstand aus. Der Hund will nur noch weg und schaut weder links noch rechts. Ein Auto, ein Stacheldrahtzaun oder ein Spalt zwischen den Felsen oder dergleichen nimmt dieser Hund nicht wahr. Unfälle sind somit keine Seltenheit.

Einen Schritt vom Abgrund entfernt

Als Alex und ich mit einer Freundin und ihrem Hund beim Edersee wandern waren, hatten wir Glück. Auf dem Urwaldsteig kam uns eine Wandergruppe entgegen. Der Pfad war zu schmal, als dass die Leute einfach vorbeilaufen konnten. Glücklicherweise gab es einen kleinen Vorsprung mit einer Bank. Trotz meiner Angst, den Hang hinunterzufallen, wichen wir dahin aus. Ich setzte mich auf den Boden und krallte mich an die Bank. Der Wanderführer blieb direkt hinter uns stehen und erzählte der Gruppe irgendetwas. Alex bekam



solche Angst, dass er immer weiter nach hinten Richtung Abhang ging. Die Jöringleine stoppte ihn glücklicherweise (das ist eine meist zwei bis zweieinhalb Meter lange Leine, die über einen Ruckdämpfer verfügt, sodass sie bei Zug ein Stück nachgibt). Ich betete nur, dass die Leine und das Geschirr halten würden, denn Alex brachte alles auf Vollspannung. Er wäre noch weiter zurückgegangen, hätte die Leine das nicht verhindert – zum Glück, denn ein Schritt weiter ging es steil herunter. Sein Verstand hat nicht mehr richtig funktioniert und in so einer Angstsituation kann ein Hund nicht lernen. Bevor etwas passiert, sollte daher möglichst frühzeitig gegengesteuert werden.

Welche Trainingsmöglichkeiten gibt es, wenn der Hund Angst hat?

Es dürfte bereits deutlich geworden sein, dass Angst ein komplexes und komplett individuelles Thema ist, das macht es nicht unbedingt gerade einfach. Das gilt auch für die Behandlung. Es macht natürlich einen

Unterschied, ob sich der Hund fürchtet oder tatsächlich Angst hat. Denn bei einer Furcht lässt sich die Ursache meist schneller finden, und das ermöglicht ein gezielteres Training. Bei Angst sieht es etwas anders aus. Egal, was der Hund für ein Problem hat: Es kann durchaus ratsam sein, sich einen kompetenten Hundetrainer an die Seite zu holen. Am besten einen, der viel Erfahrung mit Angst bei Hunden hat. Wie in allen Bereichen gibt es auch unter Hundetrainern welche, die weniger geeignet sind als andere. Sei es, weil sie veraltete Methoden praktizieren, an Fehlinformationen festhalten, sich einfach nicht gut genug mit der Thematik auskennen oder schlichtweg einfach nicht zum Hund und seinem Besitzer passen: Ein Vorgehen, das der Hundebesitzer innerlich ablehnt, fällt meist weniger erfolgsversprechend aus. Die Sympathie trägt ebenso einen Teil dazu bei.

Es gibt leider keine Pauschallösungen oder Patentrezepte, die einem Hund bei Furcht, Angst oder Phobie helfen können, da viele verschiedene Faktoren eine Rolle spielen und es sehr individuell sein kann. Aus diesem Grund folgt nur ein grober, kurzer Überblick möglicher Methoden, die zum Einsatz kommen können.

Gegenkonditionierung

Bei der Gegenkonditionierung geht es darum, dass der angstausslösende Reiz oder die Situation in etwas Positives verwandelt werden. Zum Beispiel indem der Hund eine besonders großartige, leckere Belohnung bekommt. Ist der angstausslösende Reiz aber zu präsent oder zu nah, funktioniert das nicht. Das Training muss also schrittweise erfolgen.

Desensibilisierung

Bei der Desensibilisierung geht es ebenfalls nur langsam voran, sprich der Hund wird dem Auslöser Schritt für Schritt ausgesetzt. „In kleinen Schritten sanft zum Ziel“, beschreibt Nicole Wilde das Motto. (Wilde, 2009) Genauso wie bei der Gegenkonditionierung sollte auch hier sich das Tempo nach dem Hund richten.

Klassische Konditionierung

Bei der klassischen Konditionierung verknüpft der Hund verschiedene Dinge miteinander. Sie wird oft für Entspannungstechniken genutzt, zum Beispiel indem das ruhige, entspannte Hinlegen des Hundes mit einem Wort, dem sogenannten Markerwort, einem bestimmten Geruch oder Musik verbunden wird.

Leider hört und liest man immer noch vom „**Flooding**“. Dabei wird der Hund mit dem angstausslösenden Reiz völlig überflutet, in der Annahme, dass er sich daran gewöhnt. Das passiert allerdings so gut wie nie. Dieses Vorgehen verschlimmert das Problem vielmehr, und genaugenommen lässt es sich als tierschutzrelevant bezeichnen, weil es dem Hund Leid zufügt, was laut Gesetz verboten ist. Also bitte, bitte **NICHT machen!**





Wenn ein Hund Angst hat, ist natürlich der Mensch gefragt. Zum einen sollte er bereit sein, etwas zu ändern. Das bezieht sich sowohl auf das eigene Handeln als auch auf das Lebensumfeld. Zum anderen sollte die Bereitschaft zum „Training“ vorhanden sein. Sich mit dem eigenen Hund und dem generellen Hundeverhalten sowie den Bedürfnissen auseinanderzusetzen, gehört ebenfalls dazu.

Für Hunde aus dem Tierschutz wird immer häufiger empfohlen, sie erst einmal in Ruhe ankommen zu lassen. Je nach Persönlichkeit und Geschichte kann es beispielsweise sinnvoll sein, dass der Hund die erste Zeit zum Lösen nur in den Garten kommt, anstatt lange Spaziergänge zu machen und nicht gleich jedem Freund den neuen Hund vorzustellen.

Wie gut sich die Angst eines Hundes mit einem Training verbessern lässt, hängt von den Ursachen und der Persönlichkeit ab. Manchmal reichen die Bemühungen aber nicht aus und die Umwelt sollte angepasst werden.

„Auch wenn aus einem ängstlichen Hund niemals ein selbstbewusster Hund wird, gibt es doch viele Möglichkeiten, ängstlichen Hunden den Alltag zu erleichtern.“ (Rütter, 2022)

Als Alex bei mir einzog, wohnte ich an einer Hauptstraße in Bremen (mit fast 600.000 Einwohnern gehört Bremen zu den Großstädten in Deutschland). Ich weiß noch genau, dass ich die zwei Wochen, die ich täglich bei Alex im Tierheim war, und die erste Zeit danach, Angst hatte, dass das Tierheim meine Wohnsituation überprüft. Vermutlich hätte Alex dann nicht einziehen dürfen, da das die völlig falsche Umgebung für ihn war. Glücklicherweise bewerteten mich die Mitarbeiter anhand der Zeit, des Aufwands, meiner Bereitschaft und meines generellen Verhaltens im Tierheim. Ich veränderte mehrmals unseren Lebensraum und achtete jedes Mal darauf, dass es noch ruhiger wurde. Mittlerweile haben wir die für Alex fast perfekte Umgebung gefunden. Ein 200-Seelendorf mit viel Natur, die uns ermöglicht, teils ohne Kontakt unsere Runden zu drehen und sie trotzdem abwechslungsreich gestalten zu können.

Hallo, neue Angst:

Eine Kleinigkeit reicht aus

Einen Hund nur vor seinen Ängsten zu bewahren, dürfte so gut wie unmöglich sein. Davon abgesehen hilft das auf Dauer natürlich nicht. Es kommt halt auf verschiedene Faktoren an, wie die Entwicklung,

die Dosierung, die Häufigkeit und Intensität. Zuerst kann Abschirmen für einige Hunde hilfreich sein, irgendwann sollte jedoch gehandelt werden. Denn wie schreibt Martin Rütter so passend: „Auch wenn aus einem ängstlichen Hund niemals ein selbstbewusster Hund wird, gibt es doch viele Möglichkeiten, ängstlichen Hunden den Alltag zu erleichtern.“

(Rütter, 2022) Da dürften sich alle Hundetrainer einig sein. Das bedeutet aber auch, dass das Thema für manche Hunde, wie Alex, immer eine Rolle spielen wird.

Alex ließ sich zum Beispiel eine Weile ohne Probleme fotografieren. Irgendwann verkroch er sich, sobald eine Kamera auf ihn gerichtet wurde. Das Klackern einer Spiegelreflex fand er besonders bedrohlich, aber selbst bei einem Handy nahm er Reißaus. Das ließ sich wieder kitten. Genau wie das Zecken ziehen. Als Alex schon etwas Vertrauen zu mir gefasst hatte, konnte ich ihm einfach so jede Zecke ziehen. Blöderweise habe ich ihm einmal dabei weh getan. Darunter litt unsere Bindung etwas und ich durfte keinen Fleck an seinem Körper länger als ein paar Sekunden anschauen, während meine Hände durch sein Fell streiften.

Wer nicht hören will...

Seine Anfälligkeit hat aber manchmal auch etwas Gutes. Wenn ich gefragt wurde, wovor Alex Angst hat, habe ich immer geantwortet: „Vor allem bis auf vor Pferden.“ Keine Ahnung, warum, aber von Pferden fühlte er sich nicht bedroht. Er verkannte die Gefahr sogar gänzlich, denn nicht selten hielt er sich in Hufnähe und zwischen den Beinen auf. Meine Versuche, ihn davon abzuhalten, waren vergebens, aber seine Angst sorgte für Abhilfe. Von Anfang an hatte ich Alex nicht nur mit zum Reitstall genommen, sondern auch mit in die Reithalle. In der Regel waren wir immer allein. An einem Abend führte eine Bekannte ihr Pony durch die Halle und Alex ging mit. Dabei hielt er nicht den Abstand ein, den das Pony für angemessen hielt, und so trat es aus. Zum Glück traf es nicht und der Huf streifte nur Alex Fell. Das reichte aber für einen lauten Aufschrei und seitdem hält er Abstand zu Pferden. Außerdem hatte er eine Weile richtig Angst vor Pferden, und so hatten wir wieder etwas zu tun.

Auch wenn das Training und/oder das Handeln individuell gestaltet werden sollte, gibt es natürlich ein paar grundlegende Dinge, die unterstützen können und nicht nur bei ängstlichen Hunden ratsam sind. Es ist wichtig, dass der Mensch Ruhe bewahrt und Sicherheit vermittelt. Leider hält sich teilweise noch



hartnäckig der Irrglaube, dass man die Angst beim Hund ignorieren soll, weil man sie sonst verschlimmern würde. Das ist Quatsch! Wenn der Mensch selbst in Angst verfällt, hektisch agiert, übertriebenes Mitleid zeigt oder dergleichen, kann es zu einer Stimmungsübertragung kommen und so lassen sich Gefühle und Verhalten verstärken. Für ruhige Zuneigung und Aufmerksamkeit gilt das aber nicht. Im Gegenteil, wer seinen Hund bei Angst ignoriert, schadet der Beziehung, weil sich der Hund dann von seinem Menschen nicht ernst genommen und im Stich gelassen fühlt. Ich habe den Fehler mal gemacht und Alex Angst ignoriert. Daher weiß ich leider, dass es dann noch einmal schwieriger wird.

Erfolgslebnisse steigern das Selbstbewusstsein

Eine gute Bindung zum Hund aufzubauen, sollte zum A und O gehören, was beispielsweise gemeinsame Aktivitäten ermöglichen. Den Hund Hund sein lassen und geistige Anregung sind ebenfalls wichtig. Außerdem sollte er die Möglichkeit bekommen, selbst etwas zu schaffen beziehungsweise zu meistern, beispielsweise indem der Hund Tricks lernt, sich auf einen Baumstumpf oder über eine Brücke traut.

Erfolgslebnisse steigern nämlich das Selbstbewusstsein. Körperliche Betätigung baut Stresshormone ab und löst eine chemische Reaktion aus, die das Gefühl von Ruhe gibt. Kauen stellt ebenfalls ein gutes Ventil dar, überschüssigen Stress abzubauen. Das Gehirn ist ein Muskel, den man mit verschiedenen Dingen trainieren kann. Für alles gilt natürlich stets, dass der Hund nicht überfordert wird – das schadet nämlich mehr als das es nützt.

„Vor allem braucht es Zeit und Geduld.“

Aus Erfahrung weiß ich, dass man sehr viel Falsch machen kann, gerade aus Unwissenheit, und dass sich Fehler natürlich nicht immer vermeiden lassen. Neben Wissen bedarf es verschiedener Fähigkeiten wie Selbstreflexion, ein gutes Gespür, einen gesunden Menschenverstand (Hunde sind wie wir fühlende Wesen. Deshalb kann es sehr hilfreich sein, sich zu fragen, wie es einem selbst gehen würde, wenn jemand anderes xy macht), aber vor allem braucht es Zeit und Geduld. Natürlich spielen der Schweregrad, die Persönlichkeit und die Ursache eine Rolle dabei, wie schnell und gut sich die Angst verbessern lässt.

Mir wurde von Anfang an gesagt, Alex wird nie angstfrei sein, und das stimmt. Bei ihm schießt die Angst eben über das natürliche Maß hinaus. Manchmal ist es nach wie vor herausfordernd, aber die besonders schweren Jahre mit fast täglichen Rückschritten, vielen Tränen und Verzweiflung liegen zum Glück hinter uns. Wir haben zusammen und voneinander gelernt, sodass wir ein sehr gutes Team sind. Wenn er glucksend, mit den Pfoten wackelnd neben mir liegt und tief schläft, wenn er freudig auf mich zu gerannt kommt, wenn er (mittlerweile) schwanzwedelnd, interessiert schnüffelnd fremde Umgebungen mit mir entdeckt. Wenn er fröhlich strahlend mit mir durch den Wald galoppiert und nicht genug vom Kraulen bekommt, verwandle ich mich in ein grinsendes, mit Liebe erfülltes Honigkuchenpferd, das stolz ist auf das, was wir geschafft haben, und wahnsinnig dankbar ist, so einen tollen Hund an seiner Seite zu haben.

Das waren jetzt nur ein paar grundlegende Dinge für die Unterstützung und im Allgemeinen. Angst ist ein komplexes Thema, zu dem es mehrere umfassende Bücher gibt und das von der Wissenschaft weiterhin erforscht wird. Der Artikel kann nur einen Überblick geben und die Anregung, sich weiter mit dem Verhalten von Hunden, dem eigenen Verhalten und Handeln sowie dem eigenen Hund auseinanderzusetzen.

Hinweis: Trotz gründlicher Recherche, die weit über die im Text genannten Quellen hinausreicht, erhebt der Artikel keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Er dient nicht für eine Diagnose oder Therapie und ersetzt keine Rücksprache mit einem Tierarzt und/oder Hundetrainer. Nur weil im Text bestimmte Hundetrainer zitiert wurden, heißt das nicht, dass ich all deren Methoden gut heiße.





Mein Leben mit Alex: Was ich rückblickend anders machen würde

Jetzt wird es persönlich. Der folgende Abschnitt beruht auf meinen persönlichen Erfahrungen und Bewertungen. Nur weil das auf Alex und mich zutrifft, muss das noch lange nicht für jemand anderes gelten. Rückblickend gibt es einiges, dass ich gerne früher gewusst und besser gemacht hätte. Dazu gehört unter anderem:

- Schneller ein passenderes Umfeld suchen
- Mehr Zeit zur Eingewöhnung geben
- Mehr Verständnis für Alex
- Die allerersten (Hunde-)Kontakte gründlicher auswählen
- Nicht an beliebte, volle Orte mit freilaufenden Hunden gehen
- Den Fokus nicht auf den Hund und sein Problem richten, sondern auf seine positiven Seiten, auf das, was gut läuft, und auf mich selbst
- Auf mein Gefühl hören, anstatt auf andere
- Nicht einfach alles ausprobieren, von dem mir „irgendwer“ erzählt hat oder wovon ich gelesen habe
- Unpassende, wirkungslose Methoden/Maßnahmen/Verhaltensweisen schneller aufgeben
- Früher mit bindungs- und vertrauensfördernden Maßnahmen/Trainings beginnen, wie beispielsweise aus der Freiarbeit oder Mindwalk
- Sobald wie möglich mit Hundefitness (Muskelaufbau) beginnen und Alex an Massagen gewöhnen
- früher Dogscootern (ein Zughundesport, bei dem der Hund vor einen Tretroller gespannt wird)
- Hundetrainer besser auswählen
- Die Angst nicht ignorieren
- Zeit geben, nichts „erzwingen“ oder mit zu viel Druck herangehen
- Mehr darauf achten, ihn nicht zu überfordern
- Viel mehr Ruhe und Geduld
- Bei mir bleiben, anstatt nur im Außen zu sein
- Früher am eigenen Verhalten schrauben



Foto: Therese Wichmann

Interview abspielen *

Entspannung für Hunde

Interview mit Therese Wichmann (Audio)

Hund und Mensch in Einklang bringen, das liegt Therese Wichmann am Herzen. Ihre Tätigkeit begann sie zunächst als privates Projekt, aber sie wollte noch mehr Hunde und Menschen unterstützen. Deshalb absolvierte sie verschiedene Ausbildungen: Sie ist Fachkraft für tiergestützte Interventionen, Tellington-TTouch®-Coach für Hunde und Kleintiere sowie Tierphysiotherapeutin mit der Spezialisierung Hund in Kombination mit Hundegesundheitstraining. Seitdem hilft sie Hunden und Menschen, in Balance zu kommen und gelassener zu leben. Im Interview verrät sie unter anderem, was einen ausgeglichenen Hund ausmacht, worauf der Mensch achten sollte, wie ein Hund im Alltag entspannt bleibt, ohne stundenlang spazieren zu gehen oder am Fahrrad zu laufen, und welche Maßnahmen man an Silvester ergreifen kann, um es für den Hund erträglicher zu machen.

Die Homepage von Therese Wichmann lautet:

<https://oratrix-animal.de/>

Instagram

https://www.instagram.com/wichmanntherese_oratrix_animal/

Facebook

<https://www.facebook.com/Oratrix.animal>

Ein kostenfreies Gespräch kannst Du hier buchen:

<https://oratrix-animal.de/angebote-buchen/>

In ihrem Blogartikel teilt Therese Wichmann 12 erprobte Tipps zu Silvester mit:

<https://oratrix-animal.de/entspannter-hund-zu-silvester/>

* Wenn Du das Audio in der PDF nicht abspielen kannst, wechsel zu der digitalen Magazinausgabe auf yumpu: [Hier klicken](#).

Gewinnspiel

Gewinne eine Schleckmatte von LickiMat®

Therese Wichmann hat es im Interview schon gesagt: Schlecken kann beruhigend auf Hunde wirken. Denn dadurch schüttet der Hundekörper Glückshormone wie Endorphine aus, die dabei helfen, Stress abzubauen. Außerdem lenkt das Lecken ab. Beides können sich Hundehalter zu Nutze machen, sowohl als Beschäftigung als auch zur Unterstützung für unsichere Hunde und/oder in Angstsituationen.

Wenn ein Hund Angst hat, kommt es häufig vor, dass der Hund kein Fressen mehr aufnimmt. Das ist von der Natur so vorgesehen, denn ein voller Magen beansprucht die Körperfunktionen und stört dadurch beispielsweise beim Fliehen. Allerdings gibt es einige Hunde, die trotz Angst noch bereit sind, breiigere, flüssige Leckereien aufzunehmen.

Schleckmatten eignen sich dafür hervorragend und beschäftigen Hunde etwas länger als ein Hundenapf. Denn sie haben Muster und Vertiefungen, in deren Zwischenräumen die Leckerei verteilt wird. Je nach Verträglichkeit eignen sich beispielsweise püriertes Gemüse und Obst, Joghurt, Leberwurst, Erdnussbutter, Quark oder andere Nahrungsmittel mit ähnlicher Konsistenz. (Bitte immer den jeweiligen Hund samt Gesundheitszustand (Krankheiten, Verträglichkeiten u.Ä.) und die Fütterungsmenge beachten.)

Für Alex habe ich die erste Schleckmatte von LickiMat. Damit bin ich sehr zufrieden, nur dass sie in der Wohnung über die Fliesen und das Laminat rutscht. Deshalb verlose ich in meinen Augen sozusagen die Weiterentwicklung unserer Schleckmatte: die LickiMat Buddy aus der TUFF-Serie. Sie hat kleine Noppen an der Unterseite und ich hoffe, dass die gut funktionieren (ich freue mich, wenn der Gewinner mir ein Feedback schickt, aber nur wenn er will...).

Produktinfos (laut Website des Herstellers)

- Hergestellt aus ungiftigem Gummi (TPR) in Lebensmittelqualität
- BPA-frei
- Kein PVC
- Kein Silikon
- Spülmaschinenfest
- Geeignet für die Mikrowelle und den Gefrierschrank

Teilnahme am Gewinnspiel

„Hund im Gepäck“ verlost eine LickiMat Buddy aus der Tuff-Serie (20x20 cm). Teilnehmen können nur die Mitglieder von „Hund im Gepäck“ ([Abo über Steady](#)) sowie die Unterstützer des Crowdfundings. Sie müssen aber bereits das 18. Lebensjahr erreicht haben (also Minderjährige sind vom Gewinnspiel ausgeschlossen). Um an der Verlosung teilzunehmen, schicke einfach bis zum 19.12.2023 um 23:59 Uhr eine E-Mail an redaktion@hundimgepaeck.de Betreff: LickiMat.



Es gilt der protokollierte E-Mail-Eingang. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinner wird per Zufallsprinzip aus allen Teilnehmern ausgewählt und wird am Folgetag per E-Mail benachrichtigt. Mit der Teilnahme willigst Du in die Erhebung und Verwendung Deiner E-Mail-Adresse ein. Im Gewinnfall benötige ich natürlich die Postanschrift, um den Gewinn zu verschicken. Ich erhebe, speichere und verarbeite diese personenbezogenen Daten zur Durchführung und Abwicklung des Gewinnspiels und um Dich im Falle eines Gewinns zu benachrichtigen. Eine Weitergabe der Daten an Dritte findet nicht statt. Du kannst die Einwilligungen jederzeit durch Nachricht an „Hund im Gepäck“ widerrufen. Deine Daten werden anschließend gelöscht. Es wird keine Garantie und keine Haftung für das Produkt sowie seine Verwendung übernommen. Das Gewinnspiel steht in keinem Zusammenhang mit LickiMat®.



Bild von Hoàng Tien Viet auf Pixabay

Geräuschangst bei Hunden

Eine der häufigsten Ängste bei Hunden ist die Geräuschangst. Den Recherchen nach hat jeder zweite Hund Angst vor Silvester. Und da der Jahreswechsel mit Feuerwerken vor der Tür steht, soll das Thema kurz aufgegriffen werden, zumal ich bei meinen Recherchen auf interessante Studien aufmerksam geworden bin.

Gegenkonditionierung und Entspannungstechniken sind am effektivsten

Die Verhaltensbiologin und Hundetrainerin Dr. Stefanie Riemer hat sich intensiv mit der Angst vor Feuerwerk beschäftigt und dazu geforscht. In einer der Studien wurden mehr als 1.200 Hundehalter befragt. Dabei zeigten Mischlingshunde die größte Angst, was vermutlich auch damit zusammenhängt, dass sie teils weniger sozialisiert sind als Rassehunde. An zweiter Stelle insgesamt und Angstspitzenreiter bei den Rassen kamen Hütehunde, wie beispielsweise Border Collies oder Australian Shepherds. Die wenigsten Angstwerte zeigten bei der Untersuchung von Riemer beispielsweise Schweißhunde, Molosser und Retriever. Die Hundehalter sollten unter anderem angeben, wie effektiv verschiedene Maßnahmen waren, um die

Angst des Hundes zu mindern. Herauskam, dass rund 70 Prozent Gegenkonditionierung und Entspannungstechniken am effektivsten fanden. Geräusch-CDs bewerteten 54 Prozent als hilfreich und 44 Prozent das Thundershirt. Angstlösende Medikamente (dazu bitte den Text auf Seite 4 beachten!) wurden ebenfalls von 70 Prozent positiv bewertet. Damit waren sie doppelt so effektiv wie Alternativen (Pheromone, Homöopathie und Ähnliches). In einem ihrer Artikel weist Riemer aber darauf hin, dass das Beruhigungsmittel am besten im Vorfeld einmal getestet werden sollte, beispielsweise bei einem Tierarztbesuch, wenn das eine stressige Situation für den Hund ist. Denn nicht jedes Medikament wirke bei jedem Hund und manchmal könne auch eine Kombination nötig sein.

Ihr Fazit in dem Artikel [„Geräuschangst beim Hund – Neues aus der Wissenschaft“](#) lautet: „Im besten Fall kann Geräuschangst bei Hunden durch präventives Training vorgebeugt werden. Sind Hunde bereits von Geräuschängsten betroffen, gilt es zunächst, durch Management und gegebenenfalls Gabe von Anxiolytika bei unvermeidbaren Ereignissen wie Silvester eine weitere Traumatisierung zu verhindern und das Wohlergehen zu verbessern.“ Auch sie rät dazu, langfristig der Geräuschangst mit einem Training zu begegnen.

Mehr zu der Arbeit von Dr. Stefanie Riemer und den Studienergebnissen erfährst Du [hier auf Ihrer Webseite](#).

Unterstützung für den Hund an Silvester

- Räume abdunkeln
- Rückzugsort anbieten/schaffen
- Bewegen oder anderweitig beschäftigen
- Etwas Großartiges zum Schlecken oder Kauen geben
- Vor dem großen Feuerwerk lösen lassen
- Spaziergänge nur an der Leine und, wenn nötig, die Hunderunden kurzhalten
- Schutz und Zuneigung bieten, aber nur, wenn der Hund das will, das gilt auch für Berührungen
- Fernseher oder Musik laufen lassen

Foto: [La Piba Rosa - Hundefotografie](#)

“Halt - Stopp - Stopp, stoopp, Stooopp!” rufe ich. Dabei wird jedes Wort energischer und lauter. Auf das Letzte reagiert Alex endlich. Ich bin wahnsinnig frustriert und wütend. Ich möchte doch einfach nur ein Foto machen. Nur mal eben kurz stehenbleiben. Ich weiß, es frustriert mich zwischendurch immer wieder, dass wir Probleme mit den Fotos haben. Kein Vergleich zu früher. Die Angst hat Alex an sich überwunden: Er zittert nicht mehr, wenn ich die Kamera zücke, und rennt auch nicht mehr panisch weg. Stillhalten geht aber auch anders. Doch darum geht es gar nicht.

Was mich so frustriert, wütend und traurig macht, als wir hier mitten im tiefen, feuchten, tiefen Gras stehen, ist, dass er nicht reagiert hat. Hatten wir das Signalwort nicht schon vor langer Zeit trainiert? „Halt“ benutze ich auf Spaziergängen nur, wenn es sinnvoll ist. Sei es, weil wir an eine Straße kommen, weil ich die Leine wechseln will, von Schleppeleine auf kurze Leine, weil die Schleppeleine sich zwischen den Beinen befindet und ich nicht möchte, dass, wenn Alex jetzt rennt, er sich den Schnipi einklemmt, oder weil ein Fahrrad kommt oder oder oder.

Ich weiß, dass sich Begriffe schnell abnutzen, und ich glaube auch, dass ,wenn man den Hund immer grundlos zu sich heran ruft oder stoppt, er das irgendwann nicht mehr als wichtig anerkennt. Deswegen versuche ich es nur in Situationen, in denen es nötig ist. Bei Fotos übe ich zwar auch mit Halt, aber

dann bekommt er ein Leckerli. Es ist ein bisschen anders. Stopp war eigentlich der Ruf für den Notfall, bei dem Alex wirklich immer anhalten sollte. Ich bin der Meinung, dass wir das vernünftig geübt hatten. Außerdem hätte er es an der Tonlage erkennen müssen.

Klar, es ging jetzt nur um ein Foto, aber es hätte auch was Schlimmes sein können. Es hätte wirklich ein Notfall sein können und dann hätte er nicht angehalten. Genau das ist der Punkt, der mich frustriert. Warum ich wütend wurde, warum ich traurig bin und denke, dass wir vielleicht doch kein gutes Team sind. Ja, ich übertreibe innerlich: Es ging ja NUR um ein Foto. Zum Glück! Das ärgert mich zusätzlich. Alex und ich haben einen wundervollen Ausflug zur Burgruine Brandenburg hinter uns, und das lasse ich mir von so einem kleinen Vorfall vermiesen. Warum übertreibt mein Innerstes und lässt meine Gefühle so schnell ins Negative kippen? Das ist nur rhetorisch gemeint: Ich bin eine Meisterin der Selbstanalyse und kann schnell die Gründe dafür finden. Das Verhalten abzulegen, steht auf einem anderen Blatt, und das ärgert mich. Ich möchte viel lieber die schönen Momente mit Alex in vollen Zügen genießen. Das Geschehene einfach ohne großen Gefühlsausbruch hinnehmen, mit dem Wissen abhaken, dass wir die Signale „Stopp“ und „Halt“ vielleicht noch einmal üben sollten, und sagen: Zum Glück – ging es nur um ein Foto.

The End

Das war die erste Miniausgabe von „Hund im Gepäck - Das Magazin“. Das Erscheinungsdatum und die Themen für die nächste Miniausgabe stehen noch nicht fest, aber es gibt noch viele spannende Themen auf dem Redaktionsplan: wie zum Beispiel Epigentik, Trittsicherheit für Mensch und Hund, EFT-Klopftechnik, Hundefitnessstraining, Bergwandern mit Hund, Mindwalk, Trauerarbeit mit Hund und natürlich jede Menge Reiseberichte sowie Tipps.

Abenteuer fürs Sofa

Geschichten zum Miterleben und Mitfühlen. Artikel, die unterhalten, informieren und inspirieren.

Bis dahin schaut doch auf unseren Kanälen vorbei.

Blog: hundimgepaeck.de

Facebook: [hundimgepaeck](https://www.facebook.com/hundimgepaeck)

Instagram: [hundimgepaeck](https://www.instagram.com/hundimgepaeck)

Die Magazinausgaben erhaltet Ihr auch ganz bequem im Abo:

<https://steadyhq.com/de/hundimgepaeck/about>