Trennungsangst beim Hund ist lösbar – eine praktische Anleitung

39. VÖK-Jahrestagung 2025 in Salzburg

Dr. Angela Bartels

Einleitung

Trennungsangst ist ein klinisches Syndrom, welches auftritt, wenn Hunde allein gelassen werden, bzw. vom Besitzer oder ihrer Bezugsperson getrennt sind. In wissenschaftlichen Untersuchungen variiert die Häufigkeit der mit Trennungsangst vorgestellten Hunde zwischen 15% und 40%. Dabei leidet ein Trennungsangstpatient unter starker Verlustangst, wenn er allein gelassen wird, bzw. von bestimmten Personen (Besitzer) getrennt ist. Einige Hunde können an bestimmten Plätzen, z.B. Zuhause oder im Auto allein bleiben, in fremder Umgebung jedoch nicht.

Vierbeiner mit Trennungsstress zeigen bei Trennung eine meist übertriebene, übermäßig emotionale Reaktion. Häufig berichten ihre Besitzer, dass sie denken, dass der Hund vor Angst fast stirbt. Zu beachten ist, dass es im Grunde „normal" ist, dass ein Hund als soziales Rudeltier Angst hat, wenn es vom Rudel getrennt ist. Daher müssen wir unseren Hunden beibringen, allein (und dabei entspannt) zu warten, bis wir wiederkommen. Sonst kommt es zu erheblichen Leiden bei den nicht behandelten, unter Trennungsangst leidenden Tieren.

Häufig gibt es einen Auslöser, der bei bestimmten Hunden eine Trennungsangst hervorruft. Dies ist beispielsweise ein Umzug oder geänderte Arbeitszeiten, die dazu führen, dass der / die Besitzer:in länger außer Haus bleibt als gewohnt. Trennungsangst kann außerdem auftreten, nachdem der Hund im Urlaub die gesamte Zeit mit der Familie verbringen durfte und danach wieder allein bleiben soll. Auch ein Aufenthalt im Tierheim oder die Unterbringung bei einer Pflegestelle kann dieses Krankheitsbild auslösen.

Manche Hunde tolerieren eine Trennung zu bestimmten gleichbleibenden Zeiten und zeigen deutliche Anzeichen von Stress, wenn der Besitzer zu unvorhersehbaren Zeiten weggeht, wie z.B. bei einem Kinobesuch am Abend.

Tierärztliche Ordinationsassistent:innen (TOA) sind in einer Schlüsselrolle: Sie sind häufig die ersten Ansprechpartner:innen, nehmen Sorgen wahr, können erste Hilfestellungen geben und so den Grundstein für eine erfolgreiche Therapie legen.

Merksatz: Wer Trennungsangst früh erkennt und strukturiert handelt, kann Hund und Halter viel Leid ersparen.

Ziel dieser Anleitung ist es, praxisnah zu zeigen:

- Wie Trennungsangst entsteht
- Welche Rolle TOAs in der Diagnostik und Begleitung spielen können
- Welche fünf Schritte im Praxisalltag sofort umgesetzt werden können

Theoretischer Hintergrund

Was ist Trennungsangst?

Trennungsangst ist keine „Unart“ und kein Zeichen dafür, dass ein Hund „verwöhnt“ ist. Sie ist eine ernsthafte, emotionale Reaktion auf das Alleinsein – vergleichbar mit einer Panikattacke beim Menschen.

Hunde mit Trennungsangst erleben die Abwesenheit ihrer Bezugsperson nicht als kurze Pause, sondern als inneren Notfall. Das Stresssystem springt an, der Körper schüttet Stresshormone aus, und der Hund kann nicht zur Ruhe kommen. Manche bellen, jaulen oder zerstören Gegenstände, andere wirken äußerlich ruhig, sind innerlich aber hoch angespannt.

Biologische Grundlagen

Hunde sind hochsoziale Tiere. Evolutionsbiologisch ist ihr Überleben stark von der Nähe zu sozialen Partnern abhängig. Trennung aktiviert das Stresssystem:

- Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse → Ausschüttung von Cortisol
- Aktivierung des sympathischen Nervensystems → Herzfrequenzanstieg, Unruhe
- Hemmung nicht überlebenswichtiger Funktionen (z. B. Verdauung)
- Wiederholter Stress ohne Möglichkeit zur Regulation kann zu chronischer Belastung führen.
- Keine Beruhigung, solange die Bezugsperson fehlt

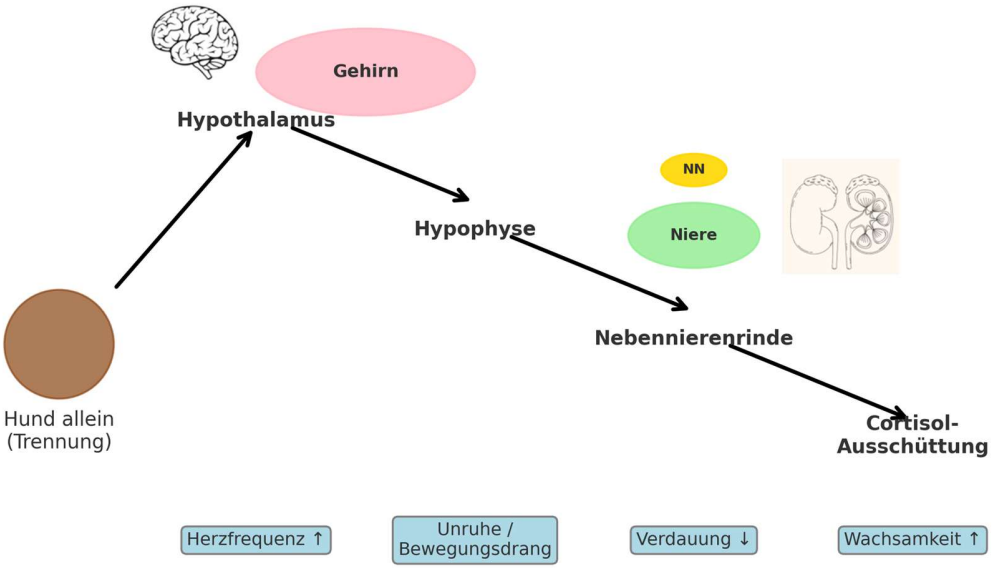

Abb. 1: Stressreaktion beim Hund mit Trennungsangst

Ursachen und Risikofaktoren

Eine Hauptursache der Trennungsangst resultiert aus der sozialen Natur des domestizierten Hundes und seiner emotionalen Bindung an den Menschen. Die „eine" spezifische Ursache für Trennungsangst gibt es nicht. Bei der Entwicklung von Trennungsangst kommen eine ganze Reihe von Faktoren zusammen.

Die Entstehung von Trennungsangst ist multifaktoriell (Konok et al., 2015; Bradshaw, 2011; Marx et al., 2020):

- Mangelnde Gewöhnung an das Alleinsein in der sensiblen Entwicklungsphase
- Traumatische Trennungserlebnisse (z. B. Besitzerwechsel, Tierheimaufenthalt)
- Negative Erfahrungen beim Alleinsein (z. B. Gewitter, laute Bauarbeiten)
- Verlust einer Bindungsperson
- Veränderungen im Haushalt (Umzug, Geburt eines Kindes)
- Genetische Prädisposition und individuelle Persönlichkeit

Häufige Symptome der Trennungsangst

- **Zerstörungsverhalten**: Oft stark ausgeprägt, meist in Bereichen nahe der Eingangstür oder an Fenstern. Hunde kratzen, beißen oder graben an Türrahmen, Teppichen und Möbeln – häufig beim Versuch zu entkommen. Manche zerstören Gegenstände des Besitzers wie Kleidung, Schuhe oder Fernbedienungen. Im Freien gehaltene Hunde versuchen ins Haus zu gelangen. Bei Unterbringung im Zimmerkäfig kann dieser umfallen oder verschoben werden. In schweren Fällen kommt es zu Zahn- oder Krallenverletzungen.
- **Vokalisation**: Anhaltendes Bellen, Jaulen oder Winseln während der Abwesenheit des Besitzers, oft schon beginnend bei Abreisevorbereitungen. Manche Hunde bellen durchgehend, andere in Phasen. Außenreize wie Passanten können das Verhalten verstärken.
- **Unsauberkeit**: Kot- oder Urinabsatz bei sonst stubenreinen Hunden, ausschließlich in Abwesenheit des Besitzers. Tritt meist kurz nach dem Verlassen auf und ist unabhängig vom Blasenfüllungsgrad.
- **Gastrointestinale Symptome:** Viele Hunde verweigern Futter oder Leckerbissen, solange der Besitzer abwesend ist, und fressen erst, wenn dieser zurückkehrt.
- **Hypersalivation:** Starke Speichelbildung mit nassem Fell an Gesicht, Brust und Vorderpfoten. Oft trinken die Hunde viel nach der Rückkehr des Besitzers.
- **Selbstverletzungen:** Verletzungen durch Ausbruchversuche oder exzessives Belecken einzelner Körperstellen (z. B. akrale Leckdermatitis).
- **Veränderte Aktivität:** Manche Hunde sind hochaktiv (Herumlaufen, Kreiseln, Zittern) bis lange nach der Abreise des Besitzers. Andere wirken wie „eingefroren", liegen bewegungslos an einem Platz, was häufig fälschlich als Schlaf interpretiert wird.

Differentialdiagnosen

- **Zerstörungswut**: Spieltrieb bei jungen Hunden, Hyperaktivität, Angst bei Gewitter oder anderen Außenreizen, territoriale Aggression, Nestbauverhalten bei Scheinträchtigkeit der Hündin**.**
- **Vokalisation**: territoriales oder alarmierendes Bellen, soziales Bellen oder Heulen**.**
- **Unsauberkeit / veränderte Ausscheidung**: Medizinisch kommen u. a. Harnwegs-infekte, Prostataentzündungen, neurologische Erkrankungen, Durchfall, Parasiten oder Futtermittelunverträglichkeiten in Frage. Verhaltensbedingt können unzureichendes Sauberkeitstraining, fehlende Lösemöglichkeit, Markieren, Angst, Aufregung oder kognitive Dysfunktion eine Rolle spielen.
- **Hypersalivation**: Gift, Gehirnerschütterung
- **Automutilation**: alle dermatologischen oder neoplastischen Erkrankungen, Reizleitungs-störungen, Verletzungen, OCD**.**
- **Veränderte motorische Aktivität**: primär neurologische Erkrankungen, Altersschwäche, Demenz, Gewitterangst, territoriale Aggression**.**

Folgen unbehandelter Trennungsangst

Unbehandelt führt Trennungsangst häufig zu einer Verschlimmerung der Symptome und kann:

- Chronischen Stress verursachen
- Die Bindung zwischen Mensch und Hund belasten
- Zu Abgabe oder Euthanasie führen
- Daher gilt: Trennungsangst sollte immer behandelt werden.

Behandlung

Behandelt werden trennungsbedingte Verhaltensprobleme mit **Haltungsmanagement**, **Verhaltenstraining** und **unterstützende medikamentöse Therapie**. In schwereren Fällen werden die besten Ergebnisse erzielt, wenn alle drei Maßnahmen zusammen angewandt werden. In vielen Fällen jedoch kommt man mit Management und Verhaltenstraining allein zurecht.

Eine medikamentöse Therapie muss auf Angstlinderung ausgerichtet sein. Angstlösende Medikation kann den extremen emotionalen Erregungszustand, in dem sich Hunde mit Trennungsangst befinden können, lindern.

Vor Beginn der Therapie einer Trennungsangst ist eine gründliche tierärztliche Untersuchung unerlässlich, um mögliche organische Ursachen oder Begleiterkrankungen sicher auszuschließen.

Stresslevel im Alltag senken

Bevor gezieltes Training beginnt, **muss** das allgemeine Stressniveau des Hundes deutlich reduziert werden. Ein dauerhaft angespannter Hund kann neue Verhaltensweisen nur schwer erlernen. Belastende Situationen im Alltag sind möglichst zu vermeiden – beispielsweise, indem Spaziergänge nicht an Orten vorbeiführen, an denen der „Ernstfeind" wartet, wie ein anderer Hund, eine Baustelle oder eine stark befahrene Straße.

Feste **Routinen** vermitteln Sicherheit und helfen dem Hund, vorhersehbare Abläufe zu erkennen, was den Stresspegel deutlich senkt.

Strafen im Training sind zu vermeiden, da sie Unsicherheit und Angst verstärken und den Lernerfolg verhindern.

Ziel ist ein Alltag, in dem der Hund überwiegend positive oder neutrale Erfahrungen macht, um im Training aufnahmefähig zu sein. Dies ist der erste und entscheidende Schritt für eine erfolgreiche Therapie der Trennungsangst. Siehe Abb. 2.

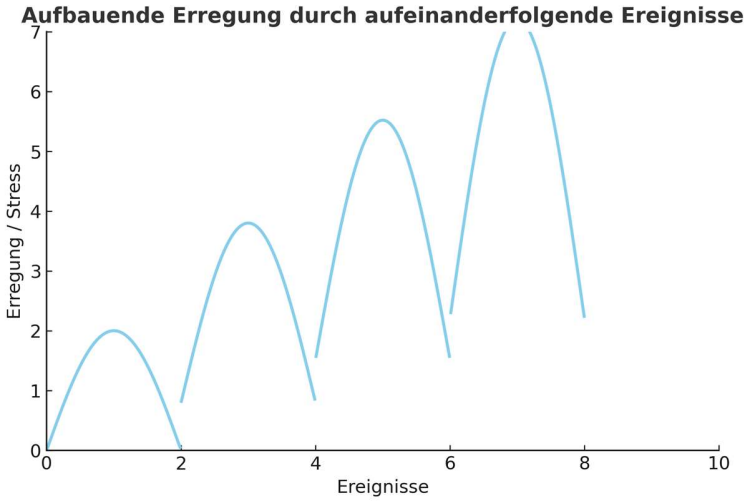

Abb. 2: Aufbauende Erregung durch aufeinanderfolgende Ereignisse

Dr. Angela Bartels
Fachtierärztin für Verhaltenskunde
Fachtierärztin für Tierschutz

Die 5-Schritte-Anleitung für den Start in eine entspanntes Alleinbleiben

Schritt 1 – Erste Hilfe in der Praxis

- Hund vorerst nicht allein lassen (Notbetreuung organisieren)
- Keine Strafen bei Unsauberkeit oder Zerstörung
- Halter:innen entlasten: 'Sie sind nicht schuld – das Problem ist behandelbar.'

Praxis-Tipp: Kurzes Infoblatt 'Erste Hilfe bei Trennungsangst' mitgeben

Schritt 2 – Beobachten & Dokumentieren

- Symptomlisten gemeinsam mit den Halter:innen durchgehen
- Videoanalyse anregen (kurze Sequenzen, stressarm aufgenommen)
- Subtile Stresszeichen erklären (z. B. Blickvermeidung, übermäßiges Gähnen, Hecheln)

Praxis-Tipp: Beobachtungsbogen aushändigen, mit Rückgabedatum

Schritt 3 – Sicherer Rückzugsort & Rituale

- Einen festen, positiv besetzten 'heiligen Ort' einrichten (Decke, Körbchen)
- Ruhige Begrüßung und Verabschiedung etablieren
- Keine Alleinbleibversuche an diesem Ort, bis Training aufgebaut ist

Praxis-Tipp: Bilder von Beispiel-Setups in der Praxis zeigen

Schritt 4 – Erste Trainingsimpulse

- Deckentraining als Basisübung: Hund lernt, auf seiner Decke entspannt zu bleiben
- Einführung eines Verabschiedungssignals ('Ich komme gleich wieder') nur in entspannten Situationen.
- Beschäftigungen, die Ruhe fördern (Kauartikel, Schleckmatte, Schnüffelteppich)

Praxis-Tipp: 2–3 leicht umsetzbare Übungen schriftlich mitgeben

Schritt 5 – Begleitung über die Zeit

- Realistischer Zeitrahmen: mehrere Wochen bis Monate
- Fortschritte sichtbar machen (z. B. durch Wiederholungsvideos)
- Rückschläge als normal erklären
- Bei Bedarf an spezialisierte Verhaltenstierärzt:innen verweisen wegen zusätzlicher medikamentöser Therapie

Praxis-Tipp: Wiedervorstellungstermine anbieten, um Motivation zu sichern

Fallbeispiel aus der Praxis

Ausgangslage:

Ein 3-jähriger Mischlingsrüde zeigt massives Bellen und Zerstörungsverhalten beim Alleinsein. Halterin ist emotional stark belastet.

TOA-Rolle:

- Aufnahme der Symptome, Ausfüllen einer Checkliste
- Empfehlung einer Videoaufnahme und Anlegen eines Stressprotokolls
- Beratung zur Einrichtung eines Rückzugsorts und Einführung eines Signals
- Überprüfung der Fortschritte bei Folgeterminen

Ergebnis nach 8 Wochen:

- Hund bleibt entspannt auf der Decke, wenn Halterin den Raum verlässt
- Bellen reduziert sich deutlich
- Halterin fühlt sich sicherer im Umgang und ist motiviert, weiter zu trainieren

Fazit

Trennungsangst ist eine ernsthafte, aber gut behandelbare Störung. Mit strukturierter Begleitung und klaren Handlungsanweisungen können Tierärztliche Ordinations-assistent:innen wesentlich zum Therapieerfolg beitragen. Sie sind Bindeglied zwischen Halter:innen und tierärztlicher Expertise – und oft der entscheidende Faktor dafür, dass eine Behandlung begonnen und konsequent umgesetzt wird.

Merksatz: Frühe Erkennung, klare Struktur, empathische Begleitung.

Literatur

- Bradshaw, J. W. S. (2011). Dog Sense: How the New Science of Dog Behavior Can Make You a Better Friend to Your Pet. Basic Books.
- Konok, V., et al. (2015). Attachment styles in dogs and their relationship with separation-related behaviour problems. Applied Animal Behaviour Science, 159, 90–98.
- Marx, A., et al. (2020). Risk factors for separation-related problems in dogs: A systematic review. Journal of Veterinary Behavior, 35, 26–37.
- McCrave, E. A. (1991). Diagnostic criteria for separation anxiety in the dog. Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice, 21(2), 247–255.
- Parthasarathy, V., & Crowell-Davis, S. L. (2006). Relationship between attachment to owners and separation anxiety in pet dogs (Canis lupus familiaris). Journal of Veterinary Behavior, 1(3), 109–120.

Anhang

In den folgenden Anhängen finden Sie praxisorientierte Arbeitsblätter, die Sie Hundehalter:innen direkt aushändigen oder als persönliche Gedächtnisstütze für Beratungsgespräche nutzen können.

- Erste Hilfe bei Trennungsangst – Was Sie sofort tun können!
- Häufige Fehler, die Sie vermeiden sollten!

Kontakt

Bei Fragen zur Trennungsangst oder zum Trainingsaufbau

Dr. med. vet. Angela Bartels
Fachtierärztin für Verhaltenskunde und für Tierschutz
info@tierverhalten-bartels.de
www.tierverhalten-bartels.de

Gerne können Sie sich jederzeit mit Ihren Fragen oder Unsicherheiten an mich wenden.
Ich begleite Sie und Ihr Hund-Mensch-Team fachlich fundiert und praxisnah.

Dr. Angela Bartels
Fachtierärztin für Verhaltenskunde
Fachtierärztin für Tierschutz

Erste Hilfe bei Trennungsangst – Was Sie sofort tun können!

Hund vorerst nicht allein lassen
Organisieren Sie für die nächste Zeit eine Betreuung – durch Familie, Freunde oder Hundesitter. So verhindern Sie, dass sich das Problem verschlimmert, und geben Ihrem Hund die Chance, zur Ruhe zu kommen.

Stressauslöser minimieren
Schließen Sie Fenster und Rollos, sorgen Sie für Sichtschutz und angenehme Hintergrundgeräusche, etwa leise Musik oder ein Hörbuch. Das hilft, äußere Reize zu reduzieren, die Stress auslösen können.

Ruhige Begrüßung und Verabschiedung
Vermeiden Sie große Emotionen beim Gehen und Wiederkommen. So lernt Ihr Hund, dass diese Situationen nichts Besonderes sind und entspannt bleiben kann.

Rückzugsort positiv gestalten
Richten Sie Ihrem Hund einen festen, gemütlichen Platz ein, an dem er sich sicher fühlt. Positive Erlebnisse wie Kauartikel oder ein gefüllter Kong können helfen, diesen Ort attraktiv zu machen.

Verhalten dokumentieren
Notieren Sie, wann und in welchen Situationen Ihr Hund Anzeichen von Stress zeigt. Diese Informationen sind wertvoll, um das Training gezielt anzupassen und Fortschritte zu erkennen.

Kurze Videoaufnahmen anfertigen
Filmen Sie Ihren Hund in Ihrer Abwesenheit für 5–10 Minuten. So können Sie sehen, wie er reagiert, und Fachleute haben eine objektive Grundlage für die Diagnose.

Mentale Auslastung anbieten
Bieten Sie vor dem Alleinbleiben geistige Beschäftigung an, zum Beispiel Suchspiele oder Futterrätsel. Das macht den Hund zufrieden und fördert Ruhephasen. Zwischen Aktivitäten und Alleinbleiben sollten mindestens eine halbe Stunde liegen, damit die Erregung des Hundes sinkt.

Training in kleinen Schritten beginnen
Starten Sie mit sehr kurzen Alleinbleibphasen, die Ihr Hund gelassen meistert. Steigern Sie die Dauer erst, wenn er entspannt bleibt. So vermeiden Sie Rückschritte.

Dr. Angela Bartels
Fachtierärztin für Verhaltenskunde
Fachtierärztin für Tierschutz

Häufige Fehler, die Sie vermeiden sollten!

Zu lange Versuche den Hund allein zu lassen am Anfang
Beginnen Sie nicht mit einer halben Stunde oder länger – das überfordert den Hund und festigt die Angst. Hier geht es um den Start mit Sekunden!

Emotionale Abschiede und Begrüßungen
Lange Verabschiedungen oder überschwängliche Rückkehrsignale steigern die Aufregung und erschweren die Gewöhnung.

Nur körperlich auslasten
Ein langer Spaziergang allein reicht nicht. Ohne mentale Auslastung bleibt der Hund oft unruhig und sucht Beschäftigung.

Planlos vorgehen
„Einfach mal versuchen“ führt oft zu Rückschritten. Ein klarer Trainingsplan ist entscheidend, um Sicherheit und Fortschritt zu gewährleisten.

Abrupte Veränderungen
Plötzliche, lange Alleinbleibphasen ohne Training verschärfen das Problem und erhöhen den Stresslevel.

Strafen
Bestrafen Sie den Hund nicht für Zerstörung oder Unsauberkeit – diese Reaktionen sind Ausdruck von Angst, nicht Ungehorsam.