

Checkliste: Trennungsangst oder Langeweile beim Hund?

1. Wann beginnt das auffällige Verhalten?

- Sofort nach dem Verlassen der Wohnung → **Hinweis auf Trennungsangst**
 - Erst nach einiger Zeit → **Hinweis auf Langeweile**
-

2. Welche Verhaltensweisen zeigt dein Hund?

- Winseln, Jaulen, starkes Hecheln, Zittern → **Trennungsangst**
 - Zerstören von Gegenständen, Buddeln, Schnüffeln → **Langeweile**
 - Kratzen an der Tür oder Fenster → **eher Trennungsangst**
 - Möbel ankauen oder „Spielverhalten“ → **eher Langeweile**
-

3. Nimmt dein Hund Futter oder Spielzeug an, wenn du gehst?

- Nein, er ignoriert alles → **Trennungsangst**
 - Ja, er beschäftigt sich damit → **Langeweile**
-

4. Beobachtung mit Kamera – was siehst du?

- Sofortige Unruhe nach deinem Gehen → **Trennungsangst**
 - Phasenweise Unruhe zwischendurch → **Langeweile**
 - Dauerhafte Panik und Stresszeichen → **Trennungsangst**
 - Zwischendurch ruhige Phasen → **Langeweile**
-

5. Wie ist seine Begrüßung, wenn du zurückkommst?

- Übermäßige Freude, Anhänglichkeit, Aufregung → **Trennungsangst**
 - Normale Freude, aber schnell wieder ruhig → **Langeweile**
-

Was du tun kannst – je nach Ursache

Bei Trennungsangst

- Kleinschrittiges Alleinbleib-Training starten
 - Abschiedsrituale neutralisieren
 - Keine großen Begrüßungen oder Verabschiedungen
 - Entspannungsübungen einbauen (z. B. Boxtraining, Ruheort)
 - Kamera nutzen, um Trainingsfortschritt zu verfolgen
 - Ggf. professionelle Hilfe einholen (Verhaltenstrainer)
-

Bei Langeweile

- Tägliche, abwechslungsreiche Spaziergänge
 - Intelligenzspielzeuge & Schnüffelspiele bereitstellen
 - Vor dem Gehen für Auslastung sorgen
 - Kauspaß für die Alleinzeit anbieten (z. B. gefüllter Kong)
 - Tägliches Tricktraining oder Denkspiele einbauen
 - Für entspannte Ruhephasen sorgen – nicht nur Action!
-

Tipp:

Führe ein kleines Tagebuch: Notiere dir nach jeder Abwesenheit, was du beobachtet hast – so erkennst du schnell Muster und Fortschritte.