

Саяпов Роман
инструктор РКФ по дрессировке собак

ОТ ЗАЖАТОГО ХВОСТА К ВИЛЯЮЩЕМУ

ПОШАГОВЫЙ ГИД ПО РЕАБИЛИТАЦИИ
СОБАКИ С УЛИЦЫ ИЛИ ПРИЮТА



Роман Саяпов

**«От зажатого хвоста к
виляющему: пошаговый
гид по реабилитации
собаки с улицы или приюта**

«Автор»

2026

Саяпов Р.

«От зажатого хвоста к виляющему: пошаговый гид по реабилитации собаки с улицы или приюта / Р. Саяпов — «Автор», 2026

Вы забрали собаку из приюта или с улицы — а она прячется, дрожит, не ест или рычит? Это не неблагодарность и не «плохой характер». Собака переживает стресс и учится заново чувствовать себя в безопасности. Эта книга станет вашим пошаговым проводником на первые 90 дней: вы узнаете, как создать для питомца безопасное убежище, выстроить предсказуемый режим, мягко работать со страхами и триггерами, приучить к чистоплотности и обеспечить безопасность на прогулках. Без наказаний, давления и лишней спешки. Представьте: однажды собака сама подойдёт к вам, положит голову на колено и начнет спокойно вилять хвостом. Начните путь от зажатого хвоста к доверчивому взгляду — и подарите ей настоящий дом.

© Саяпов Р., 2026

© Автор, 2026

Содержание

«От зажатого хвоста к виляющему: пошаговый гид по реабилитации собаки с улицы или приюта	5
ВВЕДЕНИЕ	6
ГЛАВА 1	7
ОШИБКА	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Роман Саяпов

«От зажатого хвоста к виляющему: пошаговый гид по реабилитации собаки с улицы или приюта

«От зажатого хвоста к виляющему: пошаговый гид по реабилитации собаки с улицы или приюта

Здравствуйте. Я инструктор РКФ по дрессировке собак и за 20 лет работы провел сотни приютских собак через путь от паники до абсолютного доверия. Я знаю, что вы можете чувствовать сейчас: страх, растерянность, может быть, даже сожаление. Собака забила под диван или, наоборот, лает на вас и не даёт подойти. Вы думаете: «Я совершил (а) ошибку».

Нет. Вы не совершили ошибку. Вы столкнулись с нормальной реакцией травмированной нервной системы на резкую смену мира. Эта книга — ваш проводник через первые 90 дней. Каждый шаг, каждый день, каждая реакция объяснены и разложены на алгоритмы. Вы не одиноки. И я уверен, Вы справитесь.

ВВЕДЕНИЕ

Мифы о «благодарности» приютских собак

Когда вы забирали собаку из приюта, кто-то наверняка сказал: «Она будет вам так благодарна». Вы ехали домой, представляя, как она радостно обнюхает квартиру, виляя хвостом, и уютно уляжется на лежанку.

Реальность первого дня:

- Собака забилась под кровать и не выходит.
- Дрожит, прижав уши, и рычит, если вы приближаетесь.
- Описала ковёр, хотя вы три раза выводили её на улицу.
- Не ест, не пьёт, смотрит стеклянными глазами в одну точку.

Вы в шоке. Но это не значит, что что-то не так с собакой. Это значит, что она переживает острый стресс.

Почему собака не радуется?

Собака не понимает концепции «спасения». Она не знает, что приют — плохо, а дом — хорошо. Для её нервной системы произошло следующее:

1. Резкая смена запахов, звуков, людей.

Даже если приют был ужасен, он был знаком. Знакомое = безопасное для мозга млекопитающего.

2. Утрата контроля.

В приюте она знала: утром придёт человек с едой, днём выведут, вечером снова покормят. Сейчас она не знает ничего. Нет рутины, нет предсказуемости.

3. Выброс кортизола.

Гормон стресса зашкаливает. Собака в режиме «бей, беги или замри». Именно поэтому она либо агрессивна, либо заторможена, либо деструктивна.

Главный принцип книги: первые недели — это не воспитание, а эмоциональная реабилитация. Вы не учите собаку правилам. Вы помогаете её нервной системе вернуться к базовому уровню безопасности.

Что НЕ нужно делать в первые дни

- Звать гостей «познакомиться с новым членом семьи».
 - Обнимать, целовать, гладить собаку против её воли.
 - Насильно вытаскивать из укрытия.
 - Ругать за лужи, испорченные вещи или рычание.
 - Сразу выводить на оживлённую улицу «социализироваться».
- Все эти действия усиливают стресс и откатывают адаптацию назад.

Что будет в этой книге

- Пошаговый таймлайн первых 90 дней с конкретными действиями на каждый этап.
- Протоколы работы со страхами: как десенсибилизировать собаку к венику, швабре, громким голосам.
- Мягкие границы: как установить правила, не разрушая хрупкое доверие.
- Безопасность на прогулке: почему обычный ошейник может стоить собаке жизни и как предотвратить побег.

ГЛАВА 1

Синдром декомпрессии: правило «3 дней, 3 недель, 3 месяцев»

Что такое декомпрессия?

Декомпрессия — это процесс, когда нервная система постепенно «распаковывается» из режима выживания в режим нормальной жизни.

Приютская собака в первые недели дома живёт в состоянии гипертонического возбуждения или гипотонического заморозки:

— Гипертоническое возбуждение: лает, мечется, грызёт, не спит.

— Гипотоническое заморозка: не двигается, не ест, прячется, стеклянный взгляд.

Оба состояния — варианты одного: нервная система перегружена.

ПСИХОЛОГИЯ СОБАК

Нейробиология адаптации

Что происходит в мозге собаки:

1. Лимбическая система (миндалина) перегружена.

Это древний «аварийный центр», отвечающий за страх и угрозу. Он кричит: «Опасность! Неизвестность!»

2. Префронтальная кора (обучение, логика) отключена.

Собака физически не способна обучаться в первые дни. Попытки дрессировки бессмысленны.

3. Кортизол и адреналин блокируют пищеварение.

Отсюда отказ от еды, понос или, наоборот, запор.

4. Мозгу нужно время, чтобы «переписать карту безопасности».

Это происходит через повторение: день за днём одни и те же люди, звуки, действия. Нервная система постепенно понимает: здесь можно расслабиться.

Сроки: минимум 3 месяца для полной адаптации, но первые изменения начинаются раньше.

Правило «3 дней, 3 недель, 3 месяцев»

Это классическая формула адаптации приютских собак, признанная в зоопсихологии. Каждый этап имеет свои задачи и ограничения.

Этап	Что происходит с собакой	Что видит владелец	Ваша задача
Первые 3 дня	Острый шок. Нервная система в режиме выживания. Собака не понимает, где она, кто вы, что будет дальше.	Прячется, не ест, дрожит, не реагирует на имя, может рычать или наоборот быть апатичной.	Покой и наблюдение. Минимум контакта, максимум предсказуемости. Не навязывайте себя
Первые 3 недели	Нервная система начинает распознавать паттерны: «Утром меня кормят. Днём выводят. Вечером все сидят тихо». Страх снижается, но всё ещё высок	Собака начинает выходить из укрытия, есть при вас, может подойти за лакомством. Но легко пугается резких звуков, новых людей	Установление рутины. Жёсткий график кормления, прогулок, сна. Начало мягкой десенсибилизации к домашним звукам.
Первые 3 месяца	«Истинная личность» проявляется. Собака понимает: это её дом, эти люди — её семья. Кортизол падает до нормы. Включается обучение.	Собака расслабляется, играет, спит на боку (а не в позе «готов бегать»), смотрит в глаза, виляет хвостом. Может впервые показать характер: охранять миску, просить внимания	Мягкие границы и обучение. Теперь можно вводить правила, начинать базовую дрессировку, расширять социальные контакты

Важно понимать

Это не чёткие границы. Каждая собака индивидуальна. Молодая уличная собака может адаптироваться за 6 недель. Пожилая собака, прожившая годы в приюте, может раскрыться только через 5–6 месяцев.

Признаки, что собака вышла из острого стресса:

- v Спит на боку, а не калачиком.
- v Ест спокойно, не заглатывая еду за секунды.
- v Подходит к вам сама, без страха.
- v Вильет хвостом при вашем появлении.
- v Играет или хотя бы проявляет любопытство к игрушке.
- v Спит минимум 12–14 часов в сутки.

ОШИБКА

«Прошла неделя, а она всё ещё прячется. Значит, ей не нравится у нас, и мы ей не подходим».

Неделя — это ничто для травмированной нервной системы. Если собака ест (пусть и когда вас нет), пьёт, не проявляет агрессии и постепенно начинает выходить из укрытия — всё идёт нормально.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.