# СОБАКА ВСЕГО БОИТСЯ

## Как помочь пугливому питомцу



Максим Ветров

# Собака всего боится

«Автор»
2026

**Ветров М.**

Собака всего боится / М. Ветров — «Автор», 2026

Собака прячется от гостей, замирает в подъезде, пугается хлопков и не может спокойно остаться одна. Как помочь ей, если уговоры не работают, а совет чаще выводить в люди только ухудшает ситуацию? Эта книга объясняет, как замечать ранние признаки напряжения, проверять возможные медицинские причины и создавать посильные условия для нового опыта. Вы разберётесь со страхом улицы, людей, других собак, громких звуков и ухода. Внутри: бытовые примеры, восемь иллюстраций, дневник наблюдений, практикум и гибкий план на восемь недель. Без наказаний, провокаций и обещаний сделать любого пса бесстрашным.

© Ветров М., 2026
© Автор, 2026

# Содержание

Введение 5
Глава 1. Как выглядит страх 6
Когда слово всего мешает увидеть подробности 6
Тихая собака тоже может бояться 7
Реакции могут меняться в одном эпизоде 8
Восстановление рассказывает больше одной фотографии 9
Какие причины не видны снаружи 10
Первая полезная запись 11
Глава 2. Сначала проверить самочувствие 12
Характер не меняется отдельно от тела 12
Что рассказать на приёме 13
Когда не следует ждать удобной записи 14
Если собака боится самого врача 15
Лекарства и обучение могут дополнять друг друга 16
Договор между наблюдением и медициной 17
Глава 3. Дом где можно выдохнуть 18
Укрытие должно оставаться доступным 18
Предсказуемость без казарменного расписания 19
Восстановление нельзя заменить утомлением 20
Мелкие бытовые источники напряжения 21
Семья должна говорить одинаковыми действиями 22
Комфорт не равен вседозволенности 23
Глава 4. Найти посильную точку старта 24
Дневник который помогает принимать решения 24
У раздражителя больше одной настройки 25
Что значит ниже порога 26
Домашняя шкала без претензии на диагноз 27
Конец ознакомительного фрагмента. 28

# Максим Ветров
# Собака всего боится

## Введение

Вы надеваете куртку, и собака уходит под стол. На лестнице она прижимается к стене. Во дворе замечает мужчину с пакетом, замирает, а потом резко тянет домой. Вечером на кухне падает ложка. Собака снова вздрагивает. Кажется, весь мир состоит из вещей, которые могут её напугать, а ваша жизнь постепенно превращается в попытку угадать следующую опасность.

Окружающие обычно знают, что делать. Один советует почаще таскать её в людные места. Другой предлагает не жалеть. Третий уверен, что надо найти собачью компанию, и всё пройдёт. Но после очередной попытки собака спит беспокойно, отказывается выходить на следующий день или начинает лаять на то, мимо чего раньше хотя бы удавалось пройти. Вы старались помочь и получили обратный результат.

Эта книга для человека, который хочет разобраться в страхе своей собаки и перестать действовать наугад. Она пригодится владельцу щенка, взрослого домашнего пса, собаки из приюта и пожилого питомца, чьё поведение вдруг изменилось. У них разные биографии, но помощь начинается с похожих вопросов: что именно происходит, насколько собаке тяжело, можно ли снизить нагрузку и не скрывается ли за поведением физическое неблагополучие.

Мы будем смотреть на обычную жизнь: прихожую, лифт, двор, гостей, уход за лапами, поездку в клинику. Здесь не будет обещания сделать собаку бесстрашной за месяц. Даже спокойные животные иногда пугаются. Полезная цель скромнее и содержательнее: чтобы собака могла есть, отдыхать, исследовать среду, восстанавливаться после неожиданности и обращаться к человеку за помощью. А человек понимал, когда продолжать занятие, когда уходить и когда обращаться к специалисту.

Сразу договоримся о границах. Книга даёт общие принципы наблюдения, организации быта и обучения. Она не устанавливает диагноз и не заменяет ветеринарный осмотр. Внезапный страх, болезненность, нарушение движения, необычное дыхание, резкое изменение сна или аппетита требуют внимания врача. При угрозе укуса, панических попытках побега, самоповреждении и тяжёлом одиночестве индивидуальная помощь нужна раньше, чем эксперимент с новым упражнением.

Вы встретите истории Веры и её собаки Норы, Михаила и Бублика, семьи с подростком и щенком Марсом. Это вымышленные учебные ситуации, составленные для разбора решений. Их результаты не являются статистикой и не обещают таких же сроков вашей собаке. Если в примере названы минуты, метры или число повторений, это описание конкретной ситуации, а не норматив, который надо выдержать любой ценой.

Читать книгу можно последовательно, чтобы понять общую систему. Если проблема острая, сначала прочитайте главы о здоровье, безопасности и наблюдении, затем переходите к своей ситуации. Не начинайте сразу все упражнения. Одна посильная перемена в быту иногда даёт больше, чем десять занятий, после которых собака теряет возможность спокойно поспать.

Вам не нужно становиться человеком, у которого всегда есть правильная интонация и идеально рассчитанная порция лакомства. Нужны наблюдательность, готовность менять условия и право остановиться. Первый хороший результат может выглядеть неприметно: собака увидела прохожего, осталась на месте, понюхала траву и пошла дальше. Для вас это несколько секунд. Для неё это опыт, в котором мир оказался переносимым.

# Глава 1. Как выглядит страх

## Когда слово всего мешает увидеть подробности

Фраза собака всего боится понятна каждому, кто живёт с тревожным животным. Но для работы она слишком крупная. В ней смешиваются грохот мусоровоза, незнакомая рука, открытая дверь подъезда и одиночество на кухне. Если назвать всё одним словом, останется только общий ответ: надо повышать уверенность. Что конкретно делать завтра утром, из него не следует.

Начните переводить впечатление в описание. Не боится людей, а отходит, когда незнакомый человек идёт прямо к ней и смотрит в глаза. Не ненавидит улицу, а останавливается у металлической двери, после её хлопка прижимается к земле, затем спокойно гуляет в тихом сквере. Каждая подробность уменьшает неопределённость. Появляется возможность убрать один трудный элемент, сохранив остальную жизнь.

Страх обычно связан с воспринимаемой угрозой здесь и сейчас. Собака слышит удар, видит приближающееся животное или чувствует неприятное прикосновение. Тревога может появляться заранее: например, при виде сумки, после которой хозяин обычно уходит. Слово фобия описывает тяжёлую и устойчивую реакцию, но ставить такой диагноз по домашнему впечатлению не стоит. Для владельца полезнее определить тяжесть эпизода и необходимые действия.

Реальная опасность и воспринимаемая опасность не всегда совпадают. Пакет не собирается нападать, однако для собаки его движение может быть убедительным сигналом угрозы. Объяснение он же ничего тебе не сделает не меняет её восприятие. Зато может помочь расстояние, предсказуемое движение и возможность наблюдать, не приближаясь.

## Тихая собака тоже может бояться

Самая заметная реакция на страх обычно раздражает человека: лай, рывок, попытка убежать. Но есть и другое поведение. Собака неподвижно стоит, перестаёт обнюхивать землю, закрывает рот, переносит вес назад. Она допускает прикосновение, потому что не видит выхода. На фотографии это иногда выглядит как удобное послушание.

Один сигнал нельзя читать отдельно от ситуации. Зевок бывает после сна. Облизывание появляется после еды. Одышка связана с жарой и нагрузкой, а иногда с заболеванием. Поджатый хвост нужно оценивать с учётом строения тела и обычной манеры держаться. Нас интересует сочетание изменений: что появилось после конкретного события и чем это отличается от привычного состояния именно этой собаки.

Понаблюдайте за ней в спокойной обстановке. Как двигаются уши? Насколько свободно поворачивается голова? Как она берёт еду, если никто не торопит? Как выглядит её обычный интерес к запаху? Это ваша точка сравнения. Без неё человек часто замечает только крайнюю степень напряжения и пропускает несколько более ранних просьб увеличить дистанцию.

Если собака отворачивается от протянутой руки, не надо немедленно проверять её терпение второй рукой. Уберите прикосновение и посмотрите, станет ли ей легче. Если она отходит, разрешите отойти. Так вы получаете информацию с меньшим риском, чем при испытании насколько близко она всё-таки подпустит.

## Реакции могут меняться в одном эпизоде

Нора замечает ребёнка на самокате и замирает. Вера останавливается рядом. Самокат приближается, поводок натягивается, Нора пытается отступить. Позади стоит забор. В следующую секунду она лает и бросается вперёд. Со стороны кажется, что пугливая собака внезапно стала агрессивной. На деле изменились условия: возможность отойти исчезла, а угроза продолжила приближаться.

Из этого не следует, что любую агрессию можно объяснить страхом. Причин и сочетаний бывает много. Но при разборе такого эпизода важно восстановить последовательность. Что было перед лаем? Куда могла двигаться собака? Что делал человек? Именно там обычно находится решение для следующего раза: перейти дорогу заранее, не останавливаться у забора, дать больше пространства.

Рычание также нельзя считать безопасной мелочью. Это значимый сигнал, после которого необходимо прекращать опасное взаимодействие и организовывать защиту. Наказание за рычание может убрать предупреждение, не сделав собаке комфортнее. Особенно опасно требовать терпения при контакте с ребёнком или во время болезненного ухода.




**Рисунок 1. Оценивайте сочетание признаков и изменения относительно привычного поведения.**

## Восстановление рассказывает больше одной фотографии

Две собаки могут одинаково подпрыгнуть от хлопка двери. Одна через несколько секунд продолжит нюхать куст. Другая долго ходит вдоль стены, не берёт еду и вздрагивает от каждого шороха. Начальная реакция похожа, а последствия разные. Поэтому оценивайте не только испуг, но и то, как возвращаются обычные действия.

Не назначайте универсальный срок восстановления. Он зависит от силы события, здоровья, контекста и истории животного. Достаточно сравнивать похожие ситуации у своей собаки. После встречи с человеком она раньше весь остаток прогулки тянула домой, а теперь спустя некоторое время снова обследует знакомую дорожку. Это полезное изменение, даже если первоначальная настороженность ещё остаётся.

Отдых тоже наблюдайте конкретно. Собака лежит и действительно спит или лежит с поднятой головой, следя за дверью? Она выбрала место сама или её туда отправили? Смена позы, свободное дыхание и привычное поведение после пробуждения информативнее, чем сам факт неподвижности.

## Какие причины не видны снаружи

Владелец собаки из приюта нередко уверен, что любое вздрагивание доказывает жестокое прошлое. Иногда такое прошлое действительно известно. Но страх может зависеть и от наследственных особенностей, недостатка подходящего опыта, болезни, случайного сильного испуга и текущих условий жизни. Придуманная биография мешает не меньше, чем отрицание проблемы: человек начинает лечить воображаемую историю вместо того, что наблюдает сейчас.

Полезно знать факты, но помощь не обязана ждать полного рассказа о прошлом. Если Норе трудно переносить прямое приближение, можно изменить подход людей независимо от того, откуда взялась чувствительность. Если она стала бояться лестницы внезапно, важен осмотр, а не догадка, кто её когда-то толкнул.

С другой стороны, нельзя сводить всё к воспитанию хозяина. Один и тот же быт поразному действует на разных животных. Ответственность человека заключается в доступных решениях сегодня, а не в бесконечном поиске момента, когда он якобы испортил собаку.

# Первая полезная запись

Сегодня выберите один недавний эпизод и запишите его без оценок характера. Где находилась собака, что изменилось вокруг, какое действие вы заметили первым, что произошло дальше, как закончилась ситуация. Вместо она трусиха напишите она остановилась у двери, когда за ней включился лифт. Вместо потом успокоилась укажите снова начала нюхать и пошла в сторону сквера.

Из такой записи может получиться простой следующий шаг: попросить домашнего придержать дверь, выйти в более тихое время, не ждать лифт вплотную к створкам. Это ещё не лечение страха. Это возвращение управляемости в ситуацию, которая раньше казалась одним большим словом всего.

# Глава 2. Сначала проверить самочувствие

## Характер не меняется отдельно от тела

Бублик всегда любил вечерние прогулки, но теперь медленно подходил к шлейке и замирал у ступеней. Михаил решил, что пёс испугался после шума во дворе. Он выбирал другие маршруты, покупал угощение, уговаривал. На ровной дорожке Бублик двигался охотнее, а дома стал реже запрыгивать на диван. Эта подробность изменила вопрос: проблема могла быть связана не только с улицей.

Ветеринарный осмотр нужен не для формальной галочки перед дрессировкой. Боль и другое неблагополучие способны менять переносимость прикосновений, движения, шума и социальных контактов. Собака может избегать того, после чего ей было неприятно, даже если человек не увидел исходную причину. Отсутствие скуления ничего не доказывает: животные не обязаны обозначать боль понятным нам способом.

Особого внимания заслуживает внезапная перемена. Раньше давала надевать амуницию, теперь отходит. Спала ночью, теперь беспокойно бродит. Спокойно проходила коридор, теперь пугается теней. Каждое такое изменение стоит описать врачу. Ваша задача принести наблюдения, а не заранее выбрать диагноз по интернету.

# Что рассказать на приёме

Запишите, когда вы впервые заметили проблему и что ещё изменилось в это время. Был ли переезд, ремонт, новая нагрузка, травма, болезнь, смена лекарства, появление другого животного? Что происходит с аппетитом, питьём, туалетом, сном, движением и привычным общением? Важны и очевидные события, и тихие подробности: например, нежелание поворачивать голову в одну сторону.

Если можете безопасно снять короткое видео естественного поведения, оно бывает полезнее эмоционального рассказа. Не заставляйте собаку повторять болезненное движение ради удачного кадра. Не провоцируйте рычание, чтобы доказать врачу серьёзность случая. Снимите то, что происходит само, с расстояния, которое не ухудшает ситуацию.

Сообщите обо всех препаратах и добавках, которые собака получает, включая средства от паразитов и то, что вы считаете безобидным успокоительным. Названия, дозировки и время приёма лучше записать заранее. Решение о необходимости анализов, обследования и лечения принимает врач на основании конкретного случая.

Спросите, какие признаки дома потребуют повторного обращения и что пока изменить в нагрузке. Если осмотр не выявил очевидной причины, это не означает, что собака притворяется или что проверку здоровья можно навсегда забыть. При изменении симптомов план нужно пересматривать.

# Когда не следует ждать удобной записи

Затруднённое дыхание, потеря сознания, судороги, тяжёлая травма, подозрение на отравление, выраженная боль и быстрое ухудшение состояния требуют срочной ветеринарной помощи. По телефону сообщите клинике основные признаки и следуйте её указаниям. Не начинайте в такой ситуации занятие на расслабление и не пытайтесь оценить, насколько хорошо работает лакомство.

Если после панической попытки выбраться из переноски собака хромает или изо рта идёт кровь, сначала оценивают повреждения. Если она долго не может помочиться, многократно безрезультатно пытается это сделать или у неё выраженное ухудшение состояния, нельзя считать всё следствием нервов. У тревожной собаки бывают обычные неотложные болезни.

Отдельная ловушка связана с дыханием. Учащённое дыхание может сопровождать страх, но тяжёлое, необычное дыхание в покое нельзя автоматически объяснять тревогой. Для коротких собак особенно важно не доводить ситуацию до перегрева и физического истощения. При сомнении в срочности звоните в клинику и описывайте признаки буквально.

# Если собака боится самого врача

Предупредите клинику заранее. Фраза она нервничает слишком неопределённая. Полезнее сказать: при попытке удержать голову рычит; не даёт касаться задних лап; в общем зале пытается вырваться из шлейки. Уточните, где безопаснее ждать и можно ли зайти сразу в кабинет, когда он освободится.

Не отменяйте нужный осмотр из-за того, что собака ещё не научилась добровольно стоять на столе. Неотложная помощь и плановое обучение имеют разные задачи. Врач может предложить другой порядок обследования, предварительную медикаментозную поддержку или седацию. Это медицинское решение, а не провал воспитания.

Подготовьте нескользкую подстилку, привычную амуницию и удобную еду, если врач не назначил голодание и кормление допустимо для обследования. Спросите об этом при записи. На приёме не нужно беспрерывно удерживать собаке морду перед лакомством, если она пытается отвернуться. Иногда удобнее сделать паузу, сменить положение или уменьшить число людей рядом.

## Лекарства и обучение могут дополнять друг друга

Некоторым собакам достаточно изменить среду и организовать посильное обучение. Другим без медикаментозной поддержки слишком тяжело отдыхать и воспринимать новый опыт. Решение зависит от выраженности и характера проблемы, здоровья и условий жизни. Его принимает ветеринарный врач, при необходимости с подготовкой в поведенческой медицине.

Не подбирайте препараты по весу собаки из чужого чата. Одно и то же внешнее поведение может иметь разные причины; важны противопоказания, сочетания и наблюдение за эффектом. Человеческие обезболивающие и успокоительные могут быть опасны для животных. Натуральное происхождение средства также не гарантирует безопасность.

До начала назначенного лечения уточните, какой эффект ожидается, как и когда его оценивать, что считать нежелательной реакцией и кому сообщать об изменениях. Снижение подвижности само по себе не доказывает уменьшения тревоги. Важно, может ли собака отдыхать, взаимодействовать и вести себя привычно. Самостоятельно менять схему или резко отменять назначение не следует.

## Договор между наблюдением и медициной

После осмотра вернитесь к повседневным записям. Если врач рекомендовал ограничить движение, не проверяйте улучшение длинной прогулкой. Если лечится заболевание, оценка поведения должна учитывать лечение и самочувствие. Не вводите одновременно несколько новых добавок, упражнений и маршрутов: потом будет трудно понять, что помогло или ухудшило состояние.

У Бублика после обследования появился медицинский план, а дома положили нескользкие дорожки и временно изменили прогулки. Работа со страхом не исчезла: неприятный опыт лестницы тоже требовал бережного возвращения. Но теперь Михаил не пытался убеждать собаку двигаться через возможную боль.

Перед следующей главой составьте короткую заметку для врача или для себя: что изменилось, как давно, какие физические признаки вы заметили, насколько срочно нужна помощь. Если осмотр уже был, запишите его дату и рекомендации. Так здоровье становится частью общего плана, а не конкурирующим объяснением, которое надо сначала доказать или опровергнуть.

# Глава 3. Дом где можно выдохнуть

## Укрытие должно оставаться доступным

Безопасное место не обязательно похоже на красивую лежанку из магазина. Собака может выбрать пространство рядом с диваном, открытый угол спальни или место под столом. Важнее, чтобы там её не тревожили, не перекрывали выход и не устраивали неожиданные контакты. Если она предпочитает прохладный пол, не надо каждый раз переносить её на мягкий матрас ради вашего представления об уюте.

Посмотрите на комнату с уровня собаки. Кто проходит мимо? Не упирается ли лежанка в дверь, которая открывается прямо на неё? Можно ли спокойно дойти до воды? Не приходится ли идти мимо шумной стиральной машины? Иногда проблема решается перестановкой двух предметов, а не новым упражнением.

Укрытие не должно быть ловушкой. Не вытаскивайте оттуда собаку для знакомства с гостем и не используйте место как точку наказания. Если нужна уборка, сначала спокойно предложите перейти в другое удобное пространство. При вынужденной медицинской необходимости действуйте по плану безопасности, а затем заново восстанавливайте доверие к месту.

Клетка и переноска подходят только тем животным, которые воспринимают их спокойно и были постепенно к ним приучены. Закрыть паникующую собаку в клетке ради того, чтобы научилась успокаиваться, опасно. Она может получить травму, пытаясь выбраться. Открытое укрытие и запертая клетка психологически и практически не равны.

## Предсказуемость без казарменного расписания

Режим полезен, когда основные события понятны и потребности удовлетворяются. Необязательно кормить ровно в одну и ту же минуту. Можно придерживаться узнаваемого порядка: проснулись, спокойно вышли, позавтракали, отдых. Для собаки важнее отсутствие постоянных сюрпризов и возможность восстановиться, чем идеальное совпадение стрелок часов.

Если ваш график меняется, обозначайте переходы простыми повторяющимися действиями. Перед уборкой вы переносите лежанку в тихую комнату и открываете туда доступ. Перед гостями заранее готовите безопасную зону. Не стоит превращать каждый сигнал в обещание, которое невозможно выполнить. Слова сейчас всё будет хорошо мало помогают, если следом неизменно начинается удерживание.

Предсказуемость не требует полностью исключить всё новое. Чрезмерно узкая жизнь тоже может создавать трудности. Но новое лучше появляться небольшими, переносимыми порциями, когда у собаки есть запас сил и выход. Сначала наладьте базовый отдых, затем расширяйте опыт.

## Восстановление нельзя заменить утомлением

Совет вымотать пса часто звучит убедительно: уставшая собака меньше мешает. Однако бег до изнеможения не обязательно уменьшает страх. После перегрузки животное может остаться возбуждённым, болезненным и хуже переносить следующую неожиданность. Особенно сомнителен такой способ при проблемах с движением, дыханием и жарой.

Подбирайте физическую активность по здоровью, возрасту и реакции конкретной собаки. Спокойное обнюхивание подходящего участка, короткая игра по её инициативе и возможность свободно сменить занятие иногда полезнее бесконечных бросков мяча. Цель прогулки не сводится к количеству пройденных километров.

Домашнее занятие тоже должно подходить по состоянию. Простая поискная игра может помочь заняться понятным делом, но слишком трудная головоломка способна вызвать дополнительное раздражение. Если собака грызёт игрушку с усилием, лихорадочно мечется или охраняет найденное, не объявляйте это автоматически расслаблением. Оценивайте, что происходит после занятия.

## Мелкие бытовые источники напряжения

Поскальзывание в коридоре, слишком близкий проход к миске другого животного, звонок домофона, ребёнок, который обнимает спящую собаку, могут по отдельности казаться незначительными. Но из них складывается день без возможности спокойно распорядиться собственным телом.

Пройдите по дому и отметьте повторяющиеся трудности. Положите устойчивую нескользкую дорожку там, где собаке трудно двигаться. Разделите животных на время еды, если возникает конкуренция. Уберите обзор шумной лестничной площадки, если собака постоянно дежурит у прозрачной двери. Снижайте громкость устройств, когда это возможно, и не направляйте динамик на место отдыха.

Любую перегородку проверяйте на безопасность. Собака не должна застревать, перелезать с риском травмы или паниковать за ограждением. Если разделение само становится причиной дистресса, нужен другой вариант организации пространства. Изменение среды оценивается по реакции животного, а не по тому, как аккуратно выглядит схема квартиры.




**Рисунок 2. Тихое место отдыха и доступный выход важнее декоративного оформления.**

## Семья должна говорить одинаковыми действиями

Вера разрешает Норе уйти от прикосновения, а её брат возвращает собаку за ошейник: пусть привыкает. Вера просит гостя не смотреть на Нору, но через минуту предлагает дать ей лакомство с ладони у самого лица. Получаются противоречивые правила. Собака не знает, когда её отказ будет услышан.

Согласуйте несколько простых договорённостей. Не трогать спящую и спрятавшуюся собаку. Не загонять в угол. Не звать к неприятной процедуре обманом. Не отбирать найденное силой, если это вызывает конфликт. При опасном предмете действовать по заранее подготовленному плану и обращаться за помощью, а не устраивать борьбу на выдержку.

Детям правила объясняют взрослые и подкрепляют организацией пространства. Нельзя возлагать безопасность на обещание ребёнка всегда помнить инструкции. Если взрослый не может наблюдать и вмешаться, ребёнка и собаку надёжно разделяют. Даже очень добрая собака имеет право на сон и дистанцию.

## Комфорт не равен вседозволенности

Иногда владельцу кажется, что бережное отношение отменяет любые границы. Это не так. Можно не разрешать собаке выбегать в открытую дверь, прыгать на гостя или подходить к детской кровати. Но удобнее заранее использовать дверь, перегородку, дистанцию и обученные действия, чем ждать конфликта и затем наказывать за реакцию.

Если Нора лает на каждый звук в подъезде, не нужно бесконечно разрешать ей дежурить у двери ради свободы выбора. Можно перенести место отдыха, закрыть прямой доступ в прихожую подходящей перегородкой и работать со звуками отдельно. Управление средой уменьшает число ситуаций, с которыми собака пока не справляется.

Сегодня выберите одну перемену, которая реально даст больше отдыха: тихое место, нескользкий проход, новый порядок прихода гостей. Понаблюдайте несколько дней, если ситуация позволяет ждать. Что стало со сном, перемещением по дому, интересом к еде? Устойчивость начинается с обычного вечера, в котором никому не приходится всё время быть настороже.

# Глава 4. Найти посильную точку старта

## Дневник который помогает принимать решения

Хороший дневник занимает меньше времени, чем спор с собой о том, стало ли лучше. Ему не нужна специальная программа. Достаточно нескольких строк после значимого события. Записывайте место, раздражитель, условия, первые признаки напряжения, ваше действие и последующее восстановление. Если событий много, выберите одну проблему, иначе записи быстро превратятся в ещё одну обязанность, от которой хочется отказаться.

Сравните два варианта. Понедельник: опять ужасная прогулка. Вторник: всё нормально. Эти записи передают ваши чувства, но не показывают собаке дорогу к улучшению. Другой вариант: у подъезда работал перфоратор; Нора остановилась, начала тянуть назад; ушли через другой выход; в сквере понюхала землю и стала двигаться свободнее. Теперь видно, какой элемент оказался трудным и какое решение сработало.

Собственные чувства тоже можно отмечать, просто отдельно от наблюдений. Я торопилась и злилась важная информация: в спешке труднее заметить раннюю реакцию и проще пропустить удобный поворот. Но запись я плохой хозяин не объясняет ничего и не подсказывает следующего действия.

## У раздражителя больше одной настройки

Представьте собаку, которая боится мужчин. На большом расстоянии спокойно стоящий мужчина может быть переносимым. Тот же человек в узком проходе, с поднятой рукой и прямым взглядом окажется слишком трудным. Поэтому название категории не описывает силу воздействия.

Учитывайте расстояние, скорость, направление движения, громкость, длительность, неожиданность и возможность уйти. Добавляйте особенности места: ширину дорожки, скользкий пол, забор, эхо. Важна и история дня. После неприятной поездки в машине знакомый двор может переноситься хуже, чем после спокойного утра.

Вместо вопроса насколько моя собака трусливая спрашивайте, какая настройка сейчас слишком сложна. Можно увеличить расстояние, повернуть человека боком, сократить наблюдение, выбрать тихое время. Иногда для первого успеха достаточно сменить один параметр. Если вы меняете всё одновременно, трудно понять, что именно помогло, но при сильном страхе снижение нагрузки важнее чистоты эксперимента.

## Что значит ниже порога

В обучении страху часто используют выражение ниже порога. Оно обозначает условия, при которых собака замечает раздражитель, но ещё способна воспринимать происходящее и сохранять достаточно свободное поведение. Это не точная линия на земле и не состояние, которое можно определить одним тестом.

Ориентируйтесь на несколько признаков: собака может отвернуться, переключиться на запах, двигаться без резкого напряжения, выбирать взаимодействие, брать привычную еду обычным способом. Каждый признак рассматривают вместе с остальными. Некоторые собаки продолжают глотать лакомства при сильном напряжении, поэтому ест не равно ей хорошо.

Отказ от еды тоже не всегда означает страх. Собака могла наесться, чувствовать тошноту, испытывать боль или просто не любить предложенный кусок. Не морите её голодом, чтобы сделать обучение возможным. Сравнивайте поведение до появления раздражителя и после, учитывайте самочувствие и при необходимости обсуждайте питание с врачом.

Если вам трудно оценить состояние, начинайте с более лёгких условий. Вы ничего не теряете, наблюдая издалека. Проверка максимальной терпимости редко помогает выбрать безопасную первую ступень.

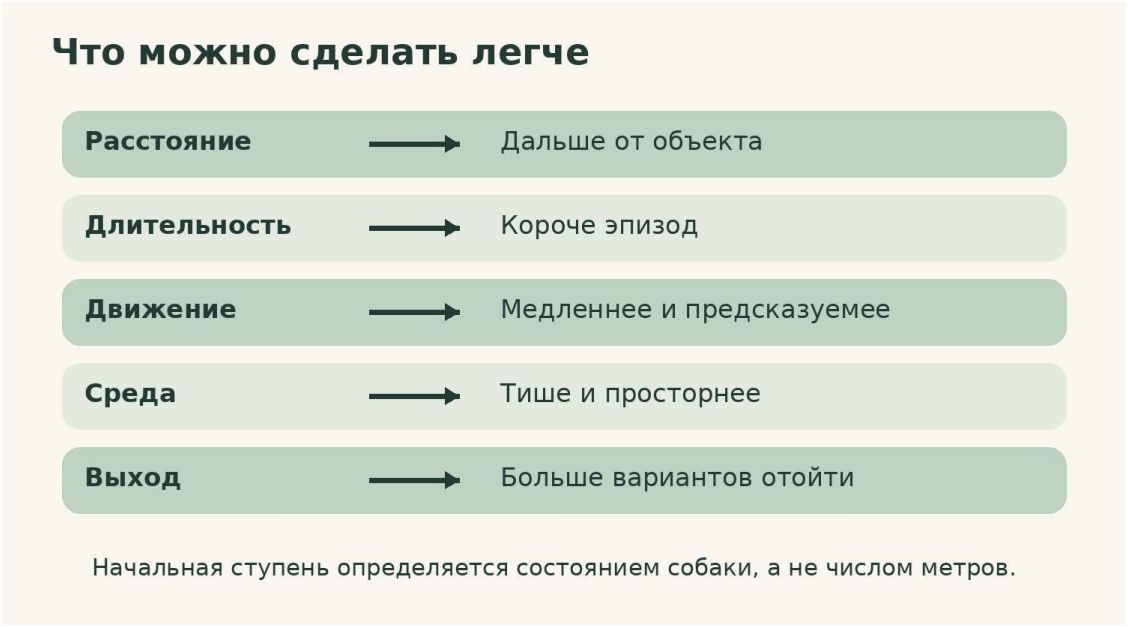



**Рисунок 3. Воздействие можно облегчить по нескольким параметрам.**

## Домашняя шкала без претензии на диагноз

Можно договориться с семьёй о трёх описательных уровнях. Спокойно: обычные движения, есть интерес к среде, доступны привычные действия. Настороженно: заметное напряжение, собака дольше следит за объектом, переключение даётся труднее. Тяжело: попытка бегства, выраженное замирание, потеря возможности нормально взаимодействовать, выпады или паника.

Это бытовой язык для согласования действий, а не диагностическая шкала. Два человека могут по-разному оценить один эпизод. Полезно сначала вместе посмотреть короткое безопасно снятое видео и обсудить конкретные движения, а не спорить о балле. Если есть риск укуса, не используйте шкалу как разрешение приблизиться: первична физическая безопасность.

# 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.