

БЛОК 2

Быстрые решения

Эксперименты на первые 2–3 недели. Цель: выдохнуть, снизить частоту импульсивных реакций, увидеть собаку в другом состоянии. Иногда этого достаточно навсегда. Мы не подавляем поведение — мы меняем условия. Всё, что делаем — только улучшает жизнь собаки.

Здоровье и сон

Здоровье

- Исключили болезни, болевые ощущения (осмотр ветеринара, анализы при необходимости)
- Есть хромота, скованность движений, избегание прикосновений к определённым зонам
- Поведение изменилось после смены погоды, поверхности (гололёд, жара)

Собака в боли напряжена, не расслабляется. Звуки, прикосновения, движения раздражают сильнее. Она более реактивна.

Если есть подозрения на боль/болезнь — что сделали:

Если собака болеет — как бережём: короткие прогулки, меньше раздражителей, больше покоя

Сон и покой

Сколько собака спит в сутки (примерно):

Есть ли место, где её никто не беспокоит:

Что мешает собаке расслабиться дома (шум, суета, игры, внимание):

Взрослая собака спит 12–16 часов. Щенки и пожилые — больше. Недосып снижает контроль над реакциями.

- Создать место для отдыха, где собаку не трогают (коврик, кровать, клетка, отдельная комната)
- Убрать лишнюю суету: меньше навязанных игр, меньше внимания "на требование"
- Если собака не может успокоиться сама — ограничить пространство (палатка, клетка, отдельная комната)

Подумайте: Что конкретно мешает собаке спать? Можно ли это убрать или изменить?

Прогулки и активность

Физическая активность

Собака недогружена (мало двигается, скучает, "чудит" дома):

Собака перегружена (постоянно в движении, не может успокоиться, всегда "на готове"):

Какой баланс сейчас: спокойный выгул vs высокая активность:

Недогруз: собаке не хватает движения, она ищет способы выплеснуть энергию. Перегруз: собака постоянно "на взводе", нервная система не успевает восстановиться.

- Оценить текущий уровень нагрузки: много или мало
- Если недогруз — добавить прогулки, движение, игры
- Если перегруз — убрать часть активности, дать больше покоя и сна
- Найти баланс опытным путём (пробовать 1–2 недели, наблюдать за состоянием)

Время и место прогулок

Когда собаке легче (время суток, меньше раздражителей):

Где собаке легче (тихие локации, меньше людей/собак/машин):

Как собака ведёт себя в обеднённой среде (лес, пустырь, тихий парк):

- Изменить время прогулок (когда меньше раздражителей: рано утром, поздно вечером)
- Изменить локации (тихие места: лес, поля, пустыри, малолюдные парки)
- Добавить "свободные прогулки" 2–3 раза в неделю (где можно расслабиться, понюхать, побегать без контроля)

Подумайте: Как ведёт себя собака в месте без раздражителей? Может, проблема не в собаке, а в том, где вы гуляете?

Наполнение прогулок

Что происходит на прогулке: только активность или есть свобода просто походить, понюхать:

Баланс спокойного выгула (походить, понюхать) и высокой активности (игры, тренировки, общение с собаками):

- Пересмотреть наполнение прогулок: баланс спокойного выгула и высокой активности
- Если прогулка = только активность → показать собаке, что можно по-другому (просто ходить, изучать новые маршруты)

Нюхание — мощный инструмент для снижения стресса. Когда собака нюхает, она успокаивается.

Амуниция

- Надёжная эргономичная шлея (подходит по анатомии)
- Надёжный поводок (прочный, удобный, с мощным карабином)
- При необходимости: дублирующий поводок (второй поводок к переднему кольцу шлеи или к ошейнику)
- Для себя: одежда, которую не жалко (прочная), обувь с протектором (устойчивая), перчатки (если нужно удерживать поводок)

Когда вы знаете, что можете удержать собаку — вы спокойнее. Собака считывает ваше спокойствие.

Дома и с людьми

Встреча гостей

Как собака реагирует на гостей дома (возбуждается сильно, умеренно, спокойно):

Что пробовали:

- Встречать гостей на улице (если дома собака сильно возбуждается)
- Если дома — ограничить доступ собаки к гостям на время (отдельная комната, клетка)
- Курьеров встречать на улице или у двери

Общение с детьми

Есть неконтролируемые игры с детьми (заигрывание → прикусы):

Как следите за уровнем возбуждения у обоих (ребёнок и собака):

- Убрать неконтролируемые игры (если заигрывание → прикусы)
- Игры только под присмотром взрослого
- Следить за уровнем возбуждения у обоих (ребёнок и собака)
- Прекращать игру до высокого возбуждения
- Ребёнок и собака получают достаточную отдельную нагрузку (каждый занят своим)
- Поставить барьеры/перегородки, если нужно защитить зоны отдыха собаки

Дети и собаки плохо регулируют своё возбуждение. Игра → заигрывание → потеря контроля → прикусы (даже без агрессии).

Собака кусает руки, ноги, одежду

Когда это происходит:

- После активных игр
- При приходе гостей
- Когда не получила желаемое (не смогла пообщаться с собакой, не дали погонять голубя)
- После встречи с другими собаками
- На улице в сложных ситуациях (толпа, интенсивное движение)
- Другое:

Собака кусает не из агрессии. Прикусы помогают ей сбросить возбуждение. Задача: выявить причины возбуждения, помочь собаке сбросить его не через прикусы.

Что не работает:

- Ойканья, визги, резкие движения — только раззадоривают
- Повороты спиной — собака возбуждена, не готова к диалогу
- Зажимание пасти, переворачивание, брызгание водой — собака начнёт бояться вас

Защитить себя:

- Дома: высокие мягкие тапки, гетры. Помазать одежду горьким (бальзам "Звёздочка")
- На улице: плотные штаны, неопреновые накладки для голени
- Приучить собаку к удобному наморднику (иногда приходится одевать и дома)

Что делать до прикусов (если заметили признаки возбуждения):

- Разбросать кусочки еды на полу, в траве (процесс поиска успокаивает)
- Предложить знакомые элементы послушания (сидеть-лежать-стоять, рядом)
- Дать взять в зубы пуллер, поводок, хватку, мягкую игрушку
- Дома: нюхательный коврик, игры на поиск

Что делать, если собака уже кусает:

- Остаться максимально спокойным (не дёргать ногами, не кричать)
- Предложить сесть или встать на 4 лапы (знакомые сигналы)
- Предложить решения: искать еду, игры, дрессировку
- Если хорошие отношения — "войти" телом в её пространство (пара шагов, наклон вперёд)

Если не успокаивается:

- Дома: покинуть собаку на время (пара минут), потом вернуться и предложить способы сброса
- На улице: выйти из ситуации (домой, в машину, в привычное место)
- Одеть намордник (если приучена)

Подумайте: Что конкретно возбуждает собаку перед прикусами? Можно ли это заметить раньше и предложить альтернативу?

Подъезд и выход

Проверьте прогулку

Собака тормозит у входной двери (не рвётся выйти):

Вышли — она не расслабляется (уши назад, озирается):

Прогулка короткая (меньше 30 минут в день):

Быстрый марш-бросок: сделал дела — домой:

Если хотя бы 2 пункта "да" — работа с выходом даст слабый эффект. Собака копит напряжение, предвидя стресс на прогулке. Сначала чините прогулку, потом подъезд.

Подготовка

- Изучить язык тела собаки (положение ушей, хвоста, как выглядит в спокойном состоянии)
- Записать расписание выхода соседей (3 дня)
- Избегать "хабов" (места, где скапливаются запахи — площадки у лифтов, углы)
- Идти с собакой в обратном направлении от хабов
- Если есть чёрная лестница или другой выход — использовать
- Договориться с соседями (предупреждение в мессенджерах, сдвиг по времени)

Сигналы

Разучили "подожди" (рука перед носом, собака стоит на четырёх лапах):

Разучили "уходим" (разворот на 180°, быстрая ходьба 5–10 шагов):

"Подожди" используйте перед выходом из квартиры, лифта, подъезда. "Уходим" — самый важный сигнал выхода из перегруза.

Выход из квартиры

- Высунуть "нос" из двери (без собаки) — проверить обстановку
- Использовать окна на лестничных клетках
- Если всё чисто — позволить собаке проверить (отслеживать сигналы тела)
- Если опасность — переждать дома
- Если встретили "недрузгов" — к стене, двери, заблокировать собаку телом

Спуск/подъём

- Быстрый темп (не задерживаться на этажах)
- Если услышали шаги/голоса — остановиться, оценить: уйти или переждать
- Тихо (не привлекать внимание: разговоры, брелочки, каблучки)
- Менять позицию: слева или справа от собаки (прикрывать от опасностей)

Лифт

- В ожидании: минимум 1 метр от двери, собака за вами
- Держать короткий поводок + руку на шлее/ошейнике
- Блокировать собаку рукой, телом, ногой
- В лифте: стоять с собакой дальше от двери, собака за вами
- Если заходит человек/собака — блокировать свою собаку телом
- Выход: выдержать паузу, можно постоять в закрытом лифте

Дополнительные решения

- Лакомство (но не работает, если собака не может есть — слишком близко к раздражителю)
- Предмет во рту (что можно сжать/пожевать — успокаивает)
- Маленькую собаку на руки (но это может быть триггером опасности)
- Ходить пешком (если возможности позволяют)
- Намордник (если есть риск укусов)

Нормально, если первые 2–3 недели собака всё равно возбуждена. Память формируется: прогулки = регулярно, безопасно.

На улице: реакции и встречи

Безопасность и наши реакции

- Держим поводок крепко, но не дёргаем
- Не эмоционируем во время реакций (не кричим, не ругаем, не паникуем)
- Следим за длиной поводка: в опасных местах (повороты, узкие пространства) — короче (1–1,5 м)
- Следим за окружением: кто идёт, едет, может выбежать из-за угла
- Если собака не слышит нас — ждём, пока успокоится, не накручиваем

Ваше спокойствие — сигнал безопасности для собаки. Если мы в стрессе — собака считывает это как опасность.

Работа на опережение

- Выбирать места, где можно скрыться от раздражителя (другая сторона улицы, газон, тихий двор)
- Не собака, а вы первыми выходите из подъезда, калитки, заходите за угол
- Осматривать местность на предмет возбуждающих стимулов
- Оставаться на таком расстоянии, где собака ещё не реагирует

Подумайте: Как понять, что сейчас собака заметит раздражитель? Что вы можете сделать за 5 секунд до реакции?

Собака не слышит во время реакции

Когда собака "закипела" (лает, делает выпады, рычит) — она вас не слышит. Это не непослушание. Её нервная система в режиме "реагировать немедленно".

Во время реакции ("закипание"):

- Сохранять нейтральное поведение
- Держать поводок крепко, но не дёргать
- Не кричать, не пытаться сильно влиять (это усилит стресс)
- Наблюдать за малейшими признаками контакта (жуёт поводок, напрыгивает на вас, нюхает землю, смотрит на вас)
- Если начинает обращать внимание — использовать это как возможность включиться

До реакции (до "закипания"):

- Остаться спокойным (выдохнуть, подумать только о себе и собаке)
- Можно комментировать поведение другой собаки/человека (помогает собаке понять, что происходит)
- Озвучивать её тревоги ("да, эта собака странно идёт, но мы пройдем мимо")

После реакции:

- Дать возможность разрядиться: бег, игра, жевание игрушки, отдых
- Не нагнетать негатив после конфликта
- Дать собаке почувствовать вашу поддержку
- Если собака проявляет интерес к вам или просит ласки — поддержать

Подумайте: Что делает собака сразу после реакции? (нюхает землю, грызёт палку, пробегается) — это её способы справляться.

Реакции на собак/людей/животных

Как часто собака реагирует:

Как быстро восстанавливается после реакции (минуты, часы):

Что помогает собаке успокоиться (пробежаться, погрызть палку, понюхать, водичка):

- Мониторим состояние собаки: темп движения, напряжение мышц, положение хвоста
- Следим за окружением (кто приближается, откуда может появиться)
- Держим крепко, не эмоционируем
- Когда реакция прошла: смотрим, что собака предлагает (пробежаться, попить, понюхать)

То, что собака делает после реакции — её способы справляться. Не мешайте, а помогите: бросьте игрушку, пробегитесь, дайте воды.

Что не всегда работает

Пробовали "глазки" (смотреть на вас при виде раздражителя):

Пробовали "сидеть/лежать" при виде раздражителя:

Пробовали отвлекать едой/игрушками:

Эти техники работают не всегда, потому что: (1) собака теряет визуальный контроль над тем, что её тревожит, (2) мы работаем с симптомами, а не с причинами, (3) собака не в состоянии "думать" в момент сильного возбуждения.

Подумайте: Почему собака реагирует? (боится, хочет общаться, не может справиться со стимулами) — от этого зависит, что делать дальше.

Игры с собаками

Наблюдение за игрой

Как играет собака: мягкие движения, паузы, меняются ролями:

Подбегает ли собака к вам во время игры (ищет поддержку):

Как ведёт себя после игры (спокойна, возбуждена, агрессивна):

Игра в норме: мягкие движения, паузы, собаки меняются ролями (кто догоняет), используют игровые поклоны. Если игра переходит в заигрывание — движения резче, пауз нет, может начаться булинг или драка.

Когда подозвать собаку

- "Потерянный" взгляд, расширенные зрачки
- Напряжённые уши (могут быть прижаты к голове)
- Твёрдая, зажата мускулатура спины
- Движения становятся резче, жёстче
- Начинает облаивать кого-то из собак, отгонять лаем
- Увеличение скорости движений, уменьшение пауз
- Кусание за шею (погоня именно с этой целью)
- Одна собака подвергается нападкам, жёсткому давлению (больше двух собак)
- Лай на другую собаку, выпады (запугивание, "издевательство")
- Садки (признак возбуждения, не половое поведение)

Если заметили эти признаки — отзовите собаку, дайте отдохнуть (прогуляться в стороне, полежать, попить воды).

Что делать

- Мониторить состояние своей собаки и других
- Если заигрывание, грубость, булинг — разделять (заходить между собаками, выводить на поводок)
- Выводить из игры, если собака не может остановиться сама
- Сбрасывать напряжение после игры (способы справляться: нюхать, пробежаться, попить)
- Если собака любит убежать — использовать длинный поводок (10 м) или играть на огороженной территории

Подумайте: Нужно ли собаке столько активного общения? Как часто? Как долго? Можно ли формат изменить? (не беготня, а совместная прогулка)

Размер и возраст

Играет ли собака с собаками приблизительно одинакового размера:

Если щенок — под каким присмотром проходят игры:

Крупный щенок может случайно травмировать маленького — даже в весёлой игре. Негативный опыт в щенячьем возрасте может стать проблемой на всю жизнь.

Что дальше

Быстрые решения — это первая помощь. Они дают время выдохнуть, снизить частоту реакций, увидеть собаку в более спокойном состоянии.

Иногда этого достаточно (собаке просто не хватало сна, прогулки были слишком возбуждающими, амуниция была неудобной). Иногда нужно копать глубже (причины возбудимости, здоровье, образ жизни, обучение).

Дальше на курсе:

Блок 3: Способы справляться (как собака сама снижает стресс)

Блок 4: Механизмы (почему собака так реагирует)

Блок 5 и далее: Долгосрочная работа с образом жизни и обучением

Через 2–3 недели вернитесь к этим вопросам. Сравните: что изменилось.