

The Dog Whisperer

好狗狗的正面驯养

积极引导、拒绝暴力，让狗狗健康快乐成长

国际知名训犬大师，
非暴力动物训练法
主要倡导人

[美] 保罗·欧文斯
诺玛·埃克莱特◎著
李慧敏 杨金月◎译

全美十佳狗狗
图书之一
全球销量
超过30万册



当代世界出版社

The Dog Whisperer



好狗狗的正面驯养

积极引导、拒绝暴力，让狗狗健康快乐成长

[美] 保罗·欧文斯 诺玛·埃克莱特◎著

李慧敏 杨金月◎译

当代世界出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

好狗狗的正面驯养 / (美) 欧文斯, (美) 埃克莱特著; 李慧敏, 杨金月译.
—北京: 当代世界出版社, 2015.2
ISBN 978-7-5090-1003-7

I. ①好… II. ①欧… ②埃… ③李… ④杨… III. ①犬—驯养 IV. ①S829.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 254678 号

THE DOG WHISPERER: A Compassionate, Nonviolent Approach to Dog Training, 2nd Edition
by Paul Owens with Norma Eckroate
Copyright © 2007, 1999 by Paul Owens and Norma Eckroate
Published by arrangement with Adams Publishing,
a Division of Adams Media Corporation
through Bardon-Chinese Media Agency
Simplified Chinese translation copyright © 2015
by Orient Brainpower Media Co., Ltd.
ALL RIGHTS RESERVED

北京市版权局著作权合同登记号: 图字01-2014-8301号

好狗狗的正面驯养

作 者: [美] 保罗·欧文斯 诺玛·埃克莱特

译 者: 李慧敏 杨金月

出版发行: 当代世界出版社

地 址: 北京市复兴路4号(100860)

网 址: <http://www.worldpress.org.cn>

编务电话: (010) 83908456

发行电话: (010) 83908455

(010) 83908409

(010) 83908377

(010) 83908423 (邮购)

(010) 83908410 (传真)

经 销: 新华书店

印 刷: 三河市祥达印刷包装有限公司

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 16.75

字 数: 250千字

版 次: 2015年2月第1版

印 次: 2015年2月第1次

书 号: ISBN 978-7-5090-1003-7

定 价: 35.00元

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换。
版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载!

The Dog
Whisperer



致 谢

几年前，我的挚友简·霍兰德教会我什么是心灵的无限性，她告诉我：“当你感受到你的内心已经充满了爱，无法承载更多的爱时，你的心门才会完全打开，你的心灵才会无限延伸，直到有一天你认识到，爱其实永无止境。”回首一路走来帮助成就本书的朋友们，这正是此刻我的心声。

衷心感谢我的双胞胎姐妹帕姆和欧文斯家族的其他成员，感激他们一直以来的不断鼓励、鼎力支持和真诚陪伴。并向我的合著者诺尔玛·艾克罗特献以深深的敬意和感谢，她以无与伦比的耐心、清晰简明的思想、超脱精准的文字，和我齐心协力完成了此书。倘若没有她，这本书也不会出现在这里。

我们的代理商，丽莎·哈根和桑德拉·马丁，我要对你们的顽强追求和不懈支持致以最真挚的感谢，还有詹妮弗·库什尼尔、凯特·艾普斯坦、休夏娜·格罗斯曼、梅雷迪思·欧海里、杰雷·卡尔梅斯以及亚当斯传媒的所有同仁，非常感谢你们对本书所抱有的坚定信念。

当然，还要感谢我亲爱的朋友们，此刻我是多么荣幸，能把你们的名字这样用文字保存下来，我多么想说一说那每个名字后面温暖的故事。笔下写着这些，我的脑海里正浮现着你们每个人的脸庞，你们对于我是如此特别的存在，谢谢你们，能够遇见你们，我是多么幸运。

为了让文字与思想完美匹配，你们一直仔细考量，功不可没，亲爱的玛嘉民、简·韦德林、罗宾·普拉舒克，当然还有我的大姐，帕姆，我要向你们致以特别的感谢。

迈克尔·W.福克斯；南希迪·斯布罗博士；玛丽莲·麦考特；布莱恩·弗斯格伦；伊恩·邓巴博士和威廉·E.坎贝尔，感谢多年来你们为可爱的动物所付出的努力，谢谢你们的善良、同情和奉献精神。

特别感谢凯伦·欧伍奥；南希·斯坎伦；玛丽·布伦南；摩根斯佩克特；肯·麦考特以及杰瑞·特普利兹博士为本书提供宝贵意见；感谢杰克·坎菲尔德的心灵鸡汤带给我的帮助，向吉姆和基林·奥尼尔致以最热烈的问候和无尽感激，感谢他们的慷慨大度和专业支持。

还有杰西·史丁西科，是你贡献了本书中精美绝伦的插图，阿瑞斯·卡基斯，以你无与伦比的创造力，让那无音的思想化为视觉的美景，感谢你们；在此特别感谢我们的优秀摄影师：哈维·布莱曼（加利福尼亚州，伯班克艺术摄影）；洛杉矶施塔姆勒摄影的布莱恩·施塔姆勒以及塔拉·奥尔森（和她的名模狗狗——露西）。

最后，我要感谢所有这些朋友和他们毛茸茸的摇着尾巴、东挠西舔的小跟班们。亲爱的，是你们让这一切美梦成真：芭芭拉·霍利迪，了不起的比格猎犬波兹利；尼古拉·埃利斯和谁都挡不住的康纳和泰森；克劳迪娅·马德里和一直活蹦乱跳的艾米丽；罗珊娜和“我从没见过我不喜欢的人”的安格斯；瑞奈特·普莱斯和“精力充沛”先生约瑟夫；玛茜·古德曼和奇妙的魏玛猎狗杰克逊和斯波尔丁；霍利·梅里曼和马波；非常美丽大方的利亚·迈尔；汤姆欧和“如果那是一个水坑，我就不动”的雷电；罗宾·罗泽和梅林（莫林奈特）；简·韦德林和宇宙女王欧比特；温迪·帕里什和犹太，感谢你们所有人。

最后感谢一下七个毛茸茸的小朋友：泰拉、莫莉、巴蒂、巴克、格雷迪、希德和查丽丝。

The Dog
Whisperer



序

想和宠物们和平共处无可厚非，但实在没必要控制并摧毁它们的精神世界。为了实现狗狗和其他动物的所谓的“绝对服从”，传统方法总是试图不断去控制它们，仿佛人类天生就该高高在上，就该使用暴力，却从来没想过要和狗狗互相交流、互相尊重。按照传统办法做可是对谁都没有好处的，尤其是让家里的小朋友目睹甚至参与其中。还好，这种方法正逐渐被淘汰，而一种危害更小的方式正在快速萌芽崛起。

审视我们与狗狗的关系，有必要考察它们是怎么和人类交流的。如果现在突然就让你和动物相处，让你硬生生闯入它的生活，它会恐慌逃离，它会非常紧张，甚至装死，还可能会猛然转身攻击你这个不速之客。这种例子太多了，人们捕获野生动物，想要驯养它们，结果就只会摧毁动物们的精神世界，让它们变得孤立无援，最后只能越来越依附于驯养人，因为只有它们能让它偶尔从责打中喘口气，能给它提供点食物、水和一点点安全感。多么可悲啊，尽管人们不断虐待责骂它，它却仍试图从人们那里寻求慰藉，获得关照。

我们必须扪心自问，为了实现目标就该

这样不择手段么？马戏团的精彩表现，人人拍手称赞，却从没有想过，这些表演者曾遭受了怎样严苛的训练。这种残酷的方法最终只会限制人们的精神世界和潜力，狗狗也是如此。我们凭什么就这样摧毁它们的精神世界？

如今，一个新的时代已经到来，我们开始更多地学会同情、学会去爱。人们不断成长成熟之际，也开始学着以同情和爱教育狗狗，想要拥有一种基于喜欢、理解和信任之上的关系，这也意味着我们需要更多的技能和更多的耐心与理解。

狗狗驯养已经有 1000 多年的历史，它们在这个过程中丧失了原本的野性，比如高警觉度，对陌生人、陌生环境刺激的恐惧。像这种驯养过程，具体体现在狗狗出生后最初几周，这让狗狗们想和照料它们的人或是领导者建立联系，从而加强交流。出生后 5 周至 10 周，属于关键时期，这个时候幼犬开始学会融入社会生活，建立与这个世界最初的联系。在野生环境，这个联系一般会它们的小伙伴、爸爸妈妈以及其他族群成员；而家庭驯养的话，人类成员则取而代之。正是在这种初期交流之中，狗狗们逐渐习惯接受了这种非暴力训练。

保罗·欧文斯的这本书所提倡的是非暴力训练方案，这不单单是狗狗驯养，更是狗狗与人类的教育交流，也就是把教育建立在爱和理解之上。作者让我们开始打开心扉，不再纠缠于控制，换句话说，这更像是狗狗对我们的训练，只有这样，我们才能了解它们真正的生活方式、内心的需求以及使用的语言。

这本书将有助于打破原本的恶性循环：错误的思想和训练方法只会导致动物们遭受更多痛苦。欧文斯倡导的非暴力过程将会防止狗狗滋生任何行为及心理问题，要知道这些行为及心理问题后期会更难以克服。这

种方法，将有助于增强我们对狗狗的同情和理解，让我们心中充满仁慈，只有这样，我们才能配得上这些小朋友们的陪伴，因为它们身上所展现的美德是如今我们人类一直难以企及的。

麦克·W.福克斯
生物伦理学高级学者
美国人道协会
华盛顿

The Dog
Whisperer



前言

几年前，我的一位神父朋友曾建议我写一本关于耶稣和狗狗的书，说实话我很难想象耶稣、佛祖、克利须那神或是圣人摩西“拥有”一只狗狗，但我敢肯定，在那神圣的宝殿旁至少还是有些四条腿的毛茸茸的东西在绕膝而行。那样一个圣人，那样的心如明镜，面对一只手脚不干净爱偷东西吃的狗狗，他是怎么想的呢？难道是“可怜的家伙，你给我坐好”？

这似乎不太可能啊。可我也没法想象他们会举着画卷抽打狗狗的鼻子，难道就这样放任狗狗小偷小摸么？他到底要怎么训练呢？心灵感应？瞬间我的脑海里只能浮现一幅画面：佛祖坐在菩提树下，耶稣坐在圣山上，他们说：“我心无挂碍，下一个魔法，我会立在那树后，意念会派出我的狗狗，斯巴酷斯，让它翻滚，然后起来，为我衔回鞋子。”

本书的主题是非暴力训练，它不是为了宣扬这条道路是多么新颖多么具有突破性，而是告诉我们，这是我们爱的能力，这是打开我们智力进化的大门。我们坚信一个理念，训练狗狗坐下，过程比结果更重要。这是“原因”和“做法”——这是来训练狗狗的方法，是我们的爱心和同情心。请牢记这一点，本书一直试图融合直观和科学方法，我坚信，一切都会臣服于非暴力精神之下。

狗狗驯养是个不断演变的过程，每年涌

现的新的训练理念和工具，除了帮助我们教育狗狗，也使学习过程更容易且更富有乐趣。自 1999 年第一版印刷以来，本书便成为畅销书并催生了附带的 DVD。此版包括更多深入的培训协议、附加说明以及提示和解决问题的技巧，也使得我们的三步塑造行为理念更具有现实可行性。书中增添了一个新部分“小把戏”，这可以给你和你的狗狗带来更多乐趣。对于那些对世界的目光、声音和气味极度敏感的狗狗，我们提供了一个更为崭新而全面的角度，去处理和帮助它们。此外，我们丰富了原有的推荐食物列表以及生鲜饮食方案。

自第一版开始，关于标题本身，我一直有着很多想法。“狗狗密语”，这一词语已经在全球范围内被大量训练师使用。但有一点我必须作出说明，不是所有人对这一词语的看法都相同，对我来说，“密语”就意味着训练方法要温柔要正面，而不是像有些训练师那样只会采用负面强制的方式，这和我们所提倡的正面、非暴力、基于奖励的方法是多么鲜明的对比啊。

我发现，其实大多数人是不会把狗狗压在地上，用皮带或项圈将狗狗吊起来或是猛拉狗狗，迫使它随行的。即便有些培训课或电视节目会展示那些令人厌恶的体罚方法，也没有人会这样做。要知道，任何与你对狗狗的感受和狗狗应受到的待遇相冲突的方法都不应该被使用，任何违背了常识和直觉的建议都不应该被接受。

另外，从现实角度分析，越来越多的科学研究不断证明，使用正面训练方法要远远好于负面方法。诸如宾夕法尼亚大学、塔夫茨大学、康奈尔大学，还有美国加利福尼亚大学戴维斯分校等多所学校的兽医行为学院，纷纷提出只能使用正面积积极的行为矫正方法，消极训练和强制方法既不具安全性，也没有什么必要，终究也不会起作用。

值此修订版面世之际，我们怀着愉悦的心情在此重申我们的决心和理念，请善待身边的动物，善待它们就是善待我们自己。衷心欢迎您加入这趟旅程。



第一部分 基础篇：

正面、非暴力、基于奖励的狗狗驯养方法

第 1 章 正面训练方法 003

第 2 章 影响最佳健康成长状态的九大因素 016

第 3 章 压力与狗狗行为 050

第 4 章 主人情绪与狗狗行为的联系：呼吸之桥 056

第 5 章 怎么说狗狗才能听懂 067

第 6 章 训练装备：项圈、栓绳、响片、狗舍和床 076

第 7 章 安全，安全，还是安全 084

第 8 章 建立规则让狗狗学会自控 088

第二部分 秘密武器：

狗狗非暴力驯养必备

第 9 章 行为动机和各种奖励 099

第 10 章 专业训狗师的秘密 103

第 11 章 如何让狗狗快速形成可靠稳固的行为 108

第 12 章 塑造狗狗行为的六大训练工具 120

第三部分 训练课程：

新鲜有趣，充满动力

第 13 章 着眼重点——请注意一致性 133

第 14 章 动作教学 142

第 15 章 亲宠互动小把戏 208

第四部分 问题行为：

重视且立刻采取措施

第 16 章 找出问题行为的根源 223

第 17 章 解决问题行为的小窍门 228

第 18 章 对待敏感的狗狗需要更多耐心 244

The Dog Whisperer

第一部分

基础篇：

正面、非暴力、基于
奖励的狗狗驯养方法

第1章 正面训练方法

其实，狗狗出生后几周内，就知道该怎么坐在地板上（坐卧），该如何躺下、站立、等待、吠叫，也会走向/跑向我们（过来），或是紧跟在我们身边（跟随），此外，它们还能利用鼻子寻找东西（跟踪）。类似这些，其实根本都不用我们教。我们要做的，主要是从安全角度考虑，比如教会它们如何指定吠叫，训练它们去外面大小便，做它们该做的事。

当然，我也希望任何时候只要我们要求，它们都会乖乖听话。

奖励性训练

动物驯养方法，一般有两种：一种是所谓“暴力胁迫”，这往往会滋生厌恶反感情绪，而第二种就是“奖励”。要知道，不管是对狗狗还是对人类自己，后者都容易得多，事实上这也是一种爱心与善良。那么，想让狗狗按你说的做，就必须得作出正确选择：是对它拖拉殴打或是撞击摇晃，还是该给点奖励。哪个更人性化呢？哪个来得更容易也更迅速呢？从长远来看，哪个又更有效呢？过去的几十年里，成千上万的狗狗训练师经过实践，终于找到了答案，那就是——正面训练方法。如今，诸如宾夕法尼亚大学、塔夫茨大学、康奈尔大学，还有加利福尼亚大学戴维斯分校等多所学校，这些顶尖的兽医行为学院都正致力于积极行为矫正项目的研究。结果表明，所谓的“消极训练方法”，从长远来看，既不具

安全性，也没有什么必要，效用也不明显。

2004年，英格兰布里斯托尔大学临床兽医系公布了一项研究，有效证明了积极训练的价值，从而反击了消极训练（包括体罚）法：“因为，如果采用奖励性方法，狗狗的服从程度会更高，不良行为也会更少，我们认为，对于狗主人来说，这个方法比惩罚更有效，好处也更多。”

这本书正是关于如何使用“胡萝卜”（甜头/奖赏）的，具体说，也就是譬如赞美啊，食物啊，玩具啊，还有按摩、交流互动、游戏等等。有一点要先搞清楚，像我们在教狗狗该如何坐下时，过程与结果其实一样重要。到底该怎么训练？这个问题很重要。因为，这是我们与狗狗间的交流互动：不仅是我们在对狗狗做什么，实际上也在于狗狗是如何影响我们人类的。

消极训练总是在警告狗狗，“你要是敢这样做，就会遇到糟糕的事情！”而积极训练恰恰相反，它告诉狗狗，“你要是这样做的话，会有好事发生的哦！”比较两者，差别在于它们最终所能收获的结果。如果采用奖励性训练，狗狗们不会遭受像恐惧、痛苦这类情绪折磨，当然，更不会有所谓的“强迫与服从”。

消极训练狗狗，一旦它做了你不喜欢的事情，而你想要纠正它的话，接下来对待它的一定不是拖拽殴打，就是撞击摇晃这类行为。每一次想让它做点什么，你都得这样。长此以往，到最后，为了逃避可能带来的疼痛，狗狗也不得不按你的要求做。于是，你开始慢慢减少体罚次数，你以为它开始了所谓的“良好表现”。事实上，你所做的充其量只会让狗狗们感到恐惧和不安而已。

有时，人们试图拉着狗链使劲拖拽狗狗，并辩称这是所谓的“狗链校正”或是什么“拖拽校正”。但是，不管称呼怎么变，狗链拖拽，本质上还是——“拖拽”。如果太用力，狗狗会很容易受伤；而如果时间没把握好，如果项圈没放好，狗狗一样会受伤。一旦狗狗开始撕扯或产生其他“不礼貌行为”，主人总是试图通过“拖拽”来纠正，而处理不当的话，

这些行为是完全没有任何意义的。归根结底，这些行为往往是由于主人自己情绪失落，慢慢变成对狗狗的一种“再定向侵略”。到最后，不管是狗狗还是主人，都会感到异常困惑失落，不知道到底该怎么办。而后面还有更糟的，这种“挫败感”往往会导致主人更加愤怒，转而使用更多暴力，变成了不可避免的“恶性循环”。

拖拽会导致狗狗颈部和脊柱损伤。这些伤痛，有时需要很多年才能消失。拖拽还会给狗狗带来潜在的情感创伤，最后，自然也会引起更多行为问题。据行为专家威廉·坎贝尔说，就算拖拽可以，也不应该用大力气，因为这很容易弄伤狗狗。测试表明，对狗狗来说，就算是正常范围内的拖拽也会对它们的脊椎和喉咙造成重达15磅^①、时速33英尺^②/秒的集中冲击力。坎贝尔还引用了1992年安德斯海勒格林一项具有里程碑意义的调查。研究对400只狗狗进行脊椎检查，发现共有252只狗狗有错结脊柱问题；而这252只狗狗中，65%都有过行为问题。调查显示，那些被认为有侵略性或过激行为的狗狗中，78%都曾患有脊柱损伤。

拖拽链条就已经让狗狗身心受到伤害了，而另外一些方法对狗狗简直就是虐待到极点。这种例子太多了，比如拎着项圈把狗狗悬在空中，直到它垂头丧气；把它的头按在水里；把狗狗鼻子闷在粪便里；为催促狗狗随行对它又踢又打；拿橡胶管击打狗狗鼻子；不惜对狗狗电击；有人还把狗狗耳朵放在木头樺钉和瓶盖间来挤压；甚至还有其他更糟糕的行为。几年前曾发生过一起案件，被告被指控虐待动物，因为他试图让狗狗互相撕咬来矫正狗狗的行为。他辩称，狗狗做错了事，想要教育它纠正它，所以让另一只狗和它撕咬，他辩解说这只不过是在做他该做的。当然，他败诉了。这事儿看似罕见，但绝不是孤立存在的，像其他形形色色的案件，我就听过不少。事实上，人们似乎一直把狗狗间撕咬当作所谓“训

① 1磅=0.4536千克

② 1英尺=0.3048米