สำหรับเจ้าของลูกสุนัขมือใหม่



ข้าวตัง
เพื่อนซี้ประจำเล่ม

แผนฝึกลูกสุนัข
28 วัน

วันละหนึ่งหน้า อ่านง่าย ทำตามได้จริง พร้อมแบบฝึกสั้น ๆ 2 แบบ ขั้นตอนชัดเจน และเคล็ดลับจากมือโปร เพื่อเลี้ยงเจ้าตัวเล็กให้มีความสุขและมีมารยาท เหมาะกับการเลี้ยงในบ้านเรา

บทเรียนรายวัน 28 วัน | ตารางขับถ่าย | ตารางเวลากรง | เช็กลิสต์

ชื่อลูกสุนัข _____

สายพันธุ์และอายุ _____

วันที่เริ่มฝึก _____

เริ่มต้นที่นี่

ยินดีต้อนรับสมาชิกใหม่ของบ้าน!

การรับลูกสุนัขเข้าบ้านเป็นเรื่องน่าตื่นเต้น วุ่นวาย และบางทีก็ชวนให้ตั้งตัวไม่ทัน แผนนี้แบ่ง 4 สัปดาห์แรกออกเป็นความสำเร็จเล็ก ๆ ในแต่ละวัน คุณจะรู้เสมอว่าต้องทำอะไรต่อ ทุกอย่างในเล่มใช้การฝึกเชิงบวก คือ แสดงให้ลูกสุนัขเห็นว่าเราอยากให้ทำอะไร แล้วให้รางวัลอย่างคุ้มค่าเมื่อทำถูก โดยไม่ดุ ไม่ตี



วิธีใช้แผนนี้

1. **ทำวันละหนึ่งหน้า** แต่ละหน้ามีเป้าหมาย แบบฝึกสั้น ๆ 2 แบบ และเคล็ดลับ ส่วนใหญ่ใช้เวลารวมไม่เกิน 15 นาที
2. **ฝึกครั้งละสั้น ๆ** ลูกสุนัขเรียนรู้ได้ดีที่สุดเมื่อฝึกครั้งละ 2–5 นาที วันละหลายรอบ หยุดตอนที่ยังสนุกอยู่
3. **เลี่ยงช่วงอากาศร้อน** ฝึกในบ้านที่เย็นสบาย หรือนอกบ้านช่วงเช้าตรู่และหลังแดดร่ม มีน้ำสะอาดให้กินเสมอ
4. **จดตารางขับถ่าย** ใช้ตารางท้ายเล่ม ไม่กี่วันก็จะเห็นรูปแบบ แล้วการพลาดในบ้านจะลดลงอย่างรวดเร็ว
5. **ทำซ้ำได้ถ้ายังไม่คล่อง** ลูกสุนัขแต่ละตัวเรียนรู้เร็วช้าไม่เท่ากัน ใช้สองวันกับหน้าเดียวก็ไม่เป็นไร
6. **ทบทวนของเก่าเสมอ** แทรกคำสั่งที่เรียนไปแล้วในทุกวัน “นั่ง” ที่เรียนวันที่ 5 ยังต้องฝึกต่อในวันที่ 25

กฎทอง 5 ข้อ

- **ให้รางวัลกับสิ่งที่อยากเห็น** พฤติกรรมที่ได้รางวัลจะเกิดซ้ำ ใช้ขนมนิ่มชิ้นจิ๋ว คำชม และการเล่น
- **ชมให้ตรงจังหวะ** พูดว่า “เก่ง!” ในวินาทีที่ทำถูก แล้วจึงยื่นขนมตาม
- **จัดให้ทำสำเร็จง่าย** เริ่มในที่เงียบและทำให้ง่ายก่อน แล้วค่อยเพิ่มความยากทีละนิด
- **จัดการสภาพแวดล้อม ไม่ลงโทษ** ใช้ที่กั้น กรง และสายจูงป้องกันความผิดพลาด การดุหรือตีทำลายความไว้ใจและไม่ได้สอนอะไร
- **ให้นอนให้พอ** ลูกสุนัขต้องนอนวันละ 18–20 ชั่วโมง ตัวที่งอแงและงับเก่งมักเป็นเพราะง่วง

หมายเหตุ: แผนนี้เป็นคำแนะนำทั่วไปสำหรับลูกสุนัขสุขภาพดีอายุประมาณ 8 สัปดาห์ขึ้นไป ไม่ใช่คำแนะนำทางสัตวแพทย์ ควรปรึกษาสัตวแพทย์เรื่องวัคซีนและสถานที่ที่ปลอดภัย และติดต่อครูฝึกหรือสัตวแพทย์หากพบอาการกลัว ก้าวร้าว หรือสิ่งใดที่ทำให้กังวล

แผนที่การเดินทาง

ภาพรวม 4 สัปดาห์

ระบายสีอุ้งเท้าทุกวันที่ฝึกเสร็จ ถ้าพลาดไปวันหนึ่ง ก็เริ่มต่อจากจุดเดิมได้เลย

สัปดาห์ที่ 1 ปรับตัวเข้าบ้าน



ความปลอดภัย กิจวัตรขับถ่าย ความคุ้นเคยกับกรง และการจำชื่อตัวเอง

วันที่ 1	วันที่ 2	วันที่ 3	วันที่ 4	วันที่ 5	วันที่ 6	วันที่ 7
ยินดีต้อนรับกลับบ้าน	กรงคือบ้านแสนสุข	กิจวัตรขับถ่าย	“เก่ง!” และการสบตา	นั่ง	จับตัวอย่างอ่อนโยน	ปากเบา ๆ

สัปดาห์ที่ 2 ปูพื้นฐาน



หมอบ เรียกแล้วมา สายจูง “ไม่เอา” และฝึกอยู่คนเดียวครั้งแรก

วันที่ 8	วันที่ 9	วันที่ 10	วันที่ 11	วันที่ 12	วันที่ 13	วันที่ 14
หมอบ	เรียกแล้วมา	ทำความรู้จักสายจูง	ปิดประตูกรง	“ไม่เอา”	เสียงและพื้นผิวใหม่ ๆ	อยู่คนเดียวได้

สัปดาห์ที่ 3 มารยาทดี



คอย เดินสายจูงไม่ดึง “ปล่อย” และทักทายอย่างสุภาพ

วันที่ 15	วันที่ 16	วันที่ 17	วันที่ 18	วันที่ 19	วันที่ 20	วันที่ 21
คอย	เดินสายจูงไม่ดึง	“ปล่อย”	ทักทายอย่างสุภาพ	พักบนเบาะ	ผู้คนและสถานที่	เตรียมพร้อมหาหมอและอาบน้ำ

สัปดาห์ที่ 4 พร้อมออกโลกกว้าง



ระยะห่าง สิ่งเร้า ประตูบ้าน การนั่งรถ และวันรับปริญญา

วันที่ 22	วันที่ 23	วันที่ 24	วันที่ 25	วันที่ 26	วันที่ 27	วันที่ 28
คอยแบบมีระยะห่าง	เรียกกลับนอกบ้าน	“ไม่เอา” ระหว่างเดิน	รอที่ประตู	นั่งรถอย่างมั่นใจ	รวมทุกทักษะ	วันรับปริญญา

สัปดาห์ที่ 1 · ปรับตัวเข้าบ้าน

วันที่ 1 จาก 28

ยินดีต้อนรับกลับบ้าน

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนมนิ่มชิ้นเล็ก สายจูง จุดขับถ่ายที่เงียบสงบ



เป้าหมายวันนี้

ช่วยให้ลูกสุนัขรู้สึกปลอดภัย รู้ว่าต้องขับถ่ายตรงไหน และเริ่มเรียนรู้ว่าชื่อของตัวเองหมายถึงเรื่องดี ๆ

แบบฝึกที่ 1 แนะนำจุดขับถ่าย

5 นาที ทุก 1–2 ชั่วโมง

1. อุ้มหรือจูงลูกสุนัขไปยังจุดขับถ่ายที่เลือกไว้จุดเดียว เช่น สนามหญ้า ระเบียง หรือแผ่นรองฉี่
2. ยืนนิ่ง ๆ เงียบ ๆ ให้เวลาดมและขับถ่ายประมาณ 5 นาที
3. ทันทีที่ขับถ่ายเสร็จ ชมว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนมตรงนั้นเลย
4. ถ้ายังไม่ขับถ่าย ให้พากลับเข้าบ้าน เฝ้าดูใกล้ ๆ แล้วลองใหม่ในอีก 10 นาที

แบบฝึกที่ 2 เกมเรียกชื่อ

2 นาที วันละ 3–5 รอบ

1. นั่งใกล้ลูกสุนัข เตรียมขนมชิ้นเล็กไว้ในมือ 10 ชิ้น
2. เรียกชื่อหนึ่งครั้งด้วยน้ำเสียงสดใส
3. เมื่อลูกสุนัขหันมามอง พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนม
4. ทำซ้ำ 10 ครั้ง แล้วหยุดในขณะที่ยังสนุกอยู่

เคล็ดลับมือโปร: วันแรกเน้นความสงบ ยังไม่ต้องชวนใครมาเยี่ยม ให้ลูกสุนัขสำรวจบ้านทีละห้อง วางน้ำสะอาดไว้ในที่ร่มและเย็น ลูกสุนัขวัยนี้นอนวันละ 18–20 ชั่วโมงเป็นเรื่องปกติ

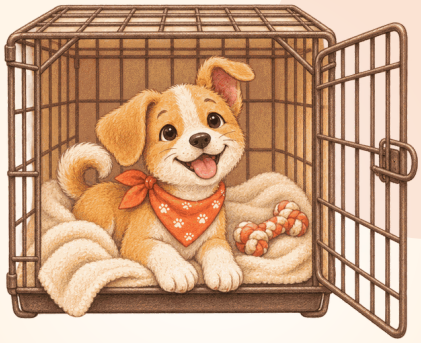
ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

วันที่ 2 จาก 28

กรงคือบ้านแสนสุข

สิ่งที่ต้องเตรียม: กรงหรือคอกพร้อมเบาะนุ่ม ขนม ชามอาหาร



เป้าหมายวันนี้

สร้างความประทับใจแรกที่ดีต่อกรง ให้ลูกสุนัขอยากเดินเข้าไปเองโดยไม่ต้องบังคับ

แบบฝึกที่ 1 โรยขนมนำทาง

3 นาที วันละ 3 รอบ

1. เปิดประตูกรงค้างไว้และยึดไม่ให้แกว่งหรือปิดกระแทก
2. วางขนมไว้ตรงปากประตู แล้ววางอีกชิ้นให้ลึกเข้าไปอีกนิด
3. ปล่อยให้ลูกสุนัขเดินเข้าออกได้อย่างอิสระ ยังไม่ต้องปิดประตู
4. ชมเบา ๆ ทุกครั้งที่ก้าวเท้าเข้าไปในกรง

แบบฝึกที่ 2 มื้ออาหารในกรง

ทุกมื้ออาหาร

1. วางชามอาหารไว้ด้านในกรงใกล้ประตู
2. แต่ละมื้อ ค่อย ๆ เลื่อนชามให้ลึกเข้าไปด้านในมากขึ้น
3. นั่งอยู่ใกล้ ๆ ระหว่างที่ลูกสุนัขกิน โดยเปิดประตูไว้
4. เมื่อกินเสร็จ ปล่อยให้เดินออกมาเองตามสบาย

เคล็ดลับมือโปร: วางกรงในจุดที่อากาศถ่ายเท ไม่โดนแดดส่อง และไม่ร้อนอบอ้าว ห้ามใช้กรงเป็นที่ทำโทษเด็ดขาด กรงควรหมายถึงของอร่อย ของแทะ และการนอนหลับสบาย

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

วันที่ 3 จาก 28

กิจวัตรขับถ่าย

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนมวางไว้ใกล้ประตู สายจูง ตารางขับถ่าย



เป้าหมายวันนี้

สร้างจังหวะการขับถ่ายที่คาดเดาได้ และเริ่มจับคู่คำสั่งกับการขับถ่ายถูกที่

แบบฝึกที่ 1 ขับถ่ายตามคำสั่ง

ทุกครั้งที่พาไปขับถ่าย

1. พาไปจุดขับถ่ายหลังตื่นนอน หลังกิน หลังเล่น และทุก 1–2 ชั่วโมง
2. ขณะที่ลูกสุนัขเริ่มขับถ่าย พูดคำสั่งเบา ๆ ว่า “ฉี่ซะ”
3. รอจนเสร็จ แล้วชมว่า “เก่ง!” พร้อมให้ขนมภายใน 2 วินาที
4. จดลงตารางขับถ่ายท้ายเล่มทุกครั้ง

แบบฝึกที่ 2 สังเกตสัญญาณ

ตลอดทั้งวัน

1. ให้ลูกสุนัขอยู่ห้องเดียวกับคุณ หรือผูกสายจูงเบา ๆ ไว้ข้างตัว
2. สังเกตอาการดมพื้น เดินวน ร้องงอแง หรือเดินแยกตัวออกไป
3. เห็นสัญญาณเมื่อไร พูดว่า “ไปฉี่กัน!” ด้วยน้ำเสียงร่าเริง แล้วพาไปที่จุดขับถ่ายทันที
4. ช่วงที่ดูแลไม่ได้ ให้อยู่ในกรงหรือคอกเป็นช่วงสั้น ๆ

เคล็ดลับมือโปร: พลาดได้เป็นเรื่องธรรมดา ให้ขัดจังหวะอย่างนุ่มนวล พาไปจุดขับถ่าย แล้วเช็ดด้วยน้ำยาเอนไซม์กำจัดกลิ่น การดุหรือตีจะทำให้ลูกสุนัขแอบไปขับถ่ายในที่ลับตา

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

วันที่ **4** จาก 28

“เก่ง!” และการสบตา

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนมชิ้นเท่าเมล็ดถั่ว 15–20 ชิ้น



เป้าหมายวันนี้

สอนคำชมที่บอกลูกสุนัขว่า “ใช่เลย ทำถูกแล้ว!” แล้วใช้คำนั้นให้รางวัลเมื่อสนใจมองคุณ

แบบฝึกที่ 1 ปลุกพลังคำว่า “เก่ง!”

2 นาที วันละ 2 รอบ

1. เตรียมขนม 10 ชิ้นไว้ข้างหลังหรือในกระเป๋าใส่ขนม
2. พูดว่า “เก่ง!” ด้วยเสียงสดใส แล้วยื่นขนมให้ทันที
3. เว้นสัก 2–3 วินาทีแล้วทำซ้ำ ลูกสุนัขยังไม่ต้องทำอะไรเลย
4. จบเมื่อเห็นว่าลูกสุนัขหูตั้งทุกครั้งที่ได้ยินคำนี้

แบบฝึกที่ 2 มองตา

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. ถือขนมไว้ที่จมูกลูกสุนัข แล้วยกขึ้นมาข้างดวงตาของคุณ
2. วินาทีที่สบตากัน พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนม
3. เมื่อทำได้ 5 ครั้ง ให้พูดว่า “มองตา” ก่อนยกมือ
4. ค่อย ๆ ยืดเวลาสบตาเป็น 2–3 วินาที

เคล็ดลับมือโปร: จังหวะสำคัญกว่าขนม ต้องพูด “เก่ง!” ในวินาทีที่ลูกสุนัขทำถูก แล้วค่อยยื่นรางวัลตามไป

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 1 · ปรับตัวเข้าบ้าน

วันที่ 5 จาก 28

นั่ง

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม พื้นที่ไม่ลื่น



เป้าหมายวันนี้

สอนให้ลูกสุนัขนั่งโดยใช้ขนมนำทาง แล้วเปลี่ยนการนั่งให้เป็นวิธีพูดว่า “ขอหน่อยนะ”

แบบฝึกที่ 1 ใช้ขนมนำให้นั่ง

3 นาที วันละ 3 รอบ

1. ถือขนมไว้ชิดจมูกลูกสุนัข
2. ค่อย ๆ ยกขนมขึ้นและเลื่อนไปเหนือหัว ก้นจะค่อย ๆ ลดลงเอง
3. ทันทีที่ก้นแตะพื้น พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนม
4. เมื่อทำได้ 5 ครั้ง ให้พูดว่า “นั่ง” ก่อนขยับมือ

แบบฝึกที่ 2 นั่งเพื่อขอ

ตลอดทั้งวัน

1. ก่อนวางชามอาหาร ยืนรอเงียบ ๆ ให้ลูกสุนัขนั่งเอง
2. ขอให้นั่งก่อนเปิดประตู และก่อนใส่สายจูง
3. ให้รางวัลเป็นสิ่งที่อยากได้ เช่น อาหาร ได้ออกไปข้างนอก หรือของเล่น
4. ใจเย็น ๆ ไม่ต้องกดก้น ปล่อยให้ลูกสุนัขคิดเอง

เคล็ดลับมือโปร: ฝึกสั้น ๆ แต่สนุก ฝึก 3 นาทีอย่างมีความสุขดีกว่าฝึก 15 นาทีแล้วหงุดหงิดกันทั้งคู่

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 1 · ปรับตัวเข้าบ้าน

วันที่ 6 จาก 28

จับตัวอย่างอ่อนโยน

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม ปลอกคอหรือสายรัดอก แปรงขนนุ่ม



เป้าหมายวันนี้

ช่วยให้ลูกสุนัขผ่อนคลายเมื่อถูกจับตัว เพื่อให้การหาหมอ อาบน้ำ และตรวจหาเห็บเป็นเรื่องง่ายไปตลอดชีวิต

แบบฝึกที่ 1 แตะแล้วได้ขนม

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. เลือกช่วงที่ลูกสุนัขสงบ เช่น หลังเล่นเสร็จใหม่ ๆ
2. แตะหูหนึ่งข้าง 1 วินาที พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนม
3. ทำแบบเดียวกันกับอุ้งเท้าทีละข้าง ซอกนิ้ว หาง และเปิดริมฝีปากเบา ๆ
4. ถ้าลูกสุนัขดึงตัวหนี ให้แตะเบาลงและช้าลง ห้ามจับล็อกตัว

แบบฝึกที่ 2 คุ้นเคยกับปลอกคอ

2 นาที วันละ 2 รอบ

1. ให้ดูปลอกคอหรือสายรัดอก เมื่อลูกสุนัขดม ให้ขนม
2. แตะปลอกคอที่คอ ให้ขนม แล้วเอาออก
3. สวมแบบหลวม ๆ แล้วให้ขนม 3 ชิ้นติดกัน
4. ใส่ไว้ระหว่างเล่น ไม่นานลูกสุนัขจะลืมไปเองว่าใส่อยู่

เคล็ดลับมือโปร: บ้านเรามีเห็บหมัดตลอดทั้งปี ฝึกให้คุ้นกับการเปิดดูซอกนิ้ว ใบหู และใต้คอตั้งแต่เล็ก จะตรวจหาเห็บได้ง่ายทุกวันหลังเดินเล่น

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 1 · ปรับตัวเข้าบ้าน

วันที่ 7 จาก 28

ปากเบา ๆ + ทบทวนสัปดาห์ที่ 1

สิ่งที่ต้องเตรียม: ของเล่นดึง ของเล่นสำหรับแทะ ขนม



เป้าหมายวันนี้

สอนว่าฟันมีไว้กัดของเล่น ไม่ใช่มือคน แล้วฉลองทุกอย่างที่เรียนรู้มาตลอดสัปดาห์

แบบฝึกที่ 1 เปลี่ยนจากมือเป็นของเล่น

ทุกครั้งที่เล่นด้วยกัน

1. วางของเล่นไว้ใกล้มือทุกครั้งที่เล่นกับลูกสุนัข
2. เมื่อฟันโดนผิวหนัง ให้หยุดนิ่งและเงียบสักครู่
3. ยื่นของเล่นให้แล้วขยับไปมา ให้น่าสนใจกว่ามือของคุณ
4. ชมอย่างอบอุ่นทันทีที่ลูกสุนัขเปลี่ยนมากัดของเล่น

แบบฝึกที่ 2 พักสงบสติ

เมื่อจำเป็น

1. ถ้ากัดแรงขึ้นเรื่อย ๆ พูดเรียบ ๆ ว่า “พักก่อน”
2. ลุกขึ้นแล้วเดินไปหลังประตูหรือที่กั้น 20 วินาที
3. กลับมาแล้วเริ่มเล่นของเล่นแบบเบา ๆ อีกครั้ง
4. ถ้ายังซนไม่หยุด แสดงว่าง่วงเกินไปแล้ว ได้เวลาพาเข้านอนในกรง

เคล็ดลับมือโปร: การงับเป็นเรื่องปกติ และจะหนักที่สุดช่วงฟันแท้ขึ้นราวอายุ 3–4 เดือน สิ่งที่ทำให้ค่อย ๆ หายไปคือทุกคนในบ้านต้องทำแบบเดียวกันอย่างสม่ำเสมอ

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

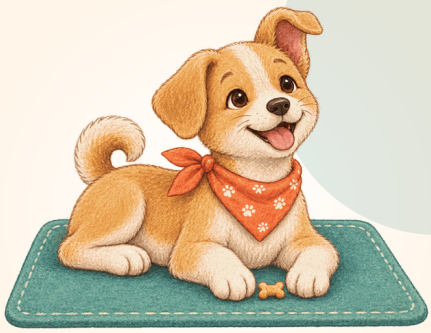
บันทึก

สัปดาห์ที่ 2 · ปูพื้นฐาน

วันที่ 8 จาก 28

หมอบ

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม เบาะหรือผ้าขนหนู



เป้าหมายวันนี้

สอนให้ลูกสุนัขหมอบตามคำสั่ง และเริ่มให้รางวัลกับความสงบทุกครั้งที่เห็น

แบบฝึกที่ 1 ใช้ขนมนำให้หมอบ

3 นาที วันละ 3 รอบ

1. สั่งให้นั่ง แล้วถือขนมไว้ที่จมูกลูกสุนัข
2. ลดขนมลงตรง ๆ ระหว่างขาหน้า แล้วลากออกมาตามพื้น
3. เมื่อข้อศอกแตะพื้น พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนม
4. เมื่อทำได้ 5 ครั้ง เพิ่มคำว่า “หมอบ” ก่อนใช้ขนมนำ

แบบฝึกที่ 2 จับจังหวะตอนสงบ

ตลอดทั้งวัน

1. เตรียมขนมไว้ในกระเป๋าหรือในโหลบนเคาน์เตอร์
2. เมื่อเห็นลูกสุนัขนอนหมอบเองเมื่อไร ให้เดินเข้าไปหา
3. วางขนมไว้ระหว่างขาหน้าอย่างเงียบ ๆ ไม่ต้องพูดหรือสั่งอะไร
4. ตั้งเป้าจับช่วงสงบให้ได้ 5 ครั้งก่อนเข้านอน

เคล็ดลับมือโปร: ถ้าลูกสุนัขลุกยืนแทนที่จะหมอบ ลองนำขนมลอดใต้เข่าที่งอไว้หรือใต้เก้าอี้เตี้ย ๆ เพื่อให้ต้องย่อตัวลง พื้นกระเบื้องเย็น ๆ ช่วยให้อยากหมอบมากขึ้นด้วย

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 2 · ปูพื้นฐาน

วันที่ 9 จาก 28

เรียกแล้วมา

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนมชั้นเยี่ยม ผู้ช่วยหนึ่งคน (ถ้ามี)



เป้าหมายวันนี้

ทำให้คำว่า “มานี่” เป็นคำที่ลูกสุนัขชอบที่สุด โดยเปลี่ยนการเรียกให้เป็นเกมที่ชนะทุกครั้ง

แบบฝึกที่ 1 เรียกสลับไปมา

5 นาที วันละ 2 รอบ

1. นั่งบนพื้นห่างจากผู้ช่วยไม่กี่ก้าว ต่างคนต่างมีขนม
2. คนหนึ่งเรียกชื่อลูกสุนัข ตามด้วย “มานี่!” ด้วยเสียงร่าเริง
3. เมื่อวิ่งมาถึง พูดว่า “เก่ง!” ให้ขนม แล้วแตะที่ปลอกคอเบา ๆ
4. สลับกันเรียก และค่อย ๆ ขยับห่างออกไปทีละนิด

แบบฝึกที่ 2 วิ่งไล่จับฉัน

2 นาที วันละ 2 รอบ

1. ขณะที่ลูกสุนัขอยู่ใกล้ ๆ เรียก “มานี่!” แล้ววิ่งเหยาะ ๆ ออกไป 2–3 ก้าว
2. ปล่อยให้ตามทัน แล้วย่อตัวลงให้รางวัลแบบจัดเต็ม
3. ทำซ้ำในห้องอื่น หรือในสนามที่มีรั้วรอบขอบชิด
4. จบด้วยการเล่นสั้น ๆ เพื่อให้รู้ว่าการมาหาไม่ได้แปลว่าหมดสนุก

เคล็ดลับมือโปร: อย่าเรียกลูกสุนัขมาหาเพื่อทำสิ่งที่ไม่ชอบ เช่น อาบน้ำหรือตัดเล็บ ให้เดินไปหาเองแทน คำว่า “มานี่” จะได้มีแต่ความหมายดี ๆ

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 2 · ปูพื้นฐาน

วันที่ 10 จาก 28

ทำความรู้จักสายจูง

สิ่งที่ต้องเตรียม: สายจูงน้ำหนักเบา ปลอกคอหรือสายรัดอก ขนม



เป้าหมายวันนี้

ให้ลูกสุนัขคุ้นเคยกับสายจูง และค้นพบว่าการเดินอยู่ใกล้ ๆ คุณได้รางวัลเสมอ

แบบฝึกที่ 1 ลากสายเล่นในบ้าน

5 นาที วันละ 2 รอบ

1. ใส่สายจูงเบา ๆ ในบ้าน แล้วปล่อยให้ลากตามหลังไป
2. ให้ขนมและเล่นตามปกติ จนลูกสุนัขลืมว่ามีสายจูงอยู่
3. หยิบปลายสายขึ้นมา แล้วเดินตามลูกสุนัขไปทุกที่ที่อยากไป
4. เฝ้าดูตลอดเวลา และถอดสายออกทุกครั้งเมื่อฝึกเสร็จ

แบบฝึกที่ 2 ตามฉันมา

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. ถือสายจูงหลวม ๆ แล้วก้าวถอยหลัง 2 ก้าว
2. เมื่อลูกสุนัขเดินตาม พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนมข้างขาคุณ
3. หันแล้วเดินหน้า 3 ก้าว ให้รางวัลเมื่ออยู่ข้างตัว
4. ถ้าสายตึง ให้หยุด รอจนสายหย่อน แล้วค่อยเดินต่อ

เคล็ดลับมือโปร: ให้ขนมชิดข้างขาในระดับจมูกของลูกสุนัข ขนมโผล่ตรงไหน ลูกสุนัขก็อยากอยู่ตรงนั้น ในคอนโดและหมู่บ้านส่วนใหญ่ต้องใส่สายจูงในพื้นที่ส่วนกลางเสมอ

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

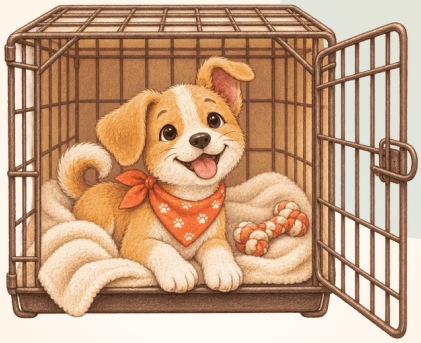
บันทึก

สัปดาห์ที่ 2 · ปูพื้นฐาน

วันที่ 11 จาก 28

ปิดประตูกรง

สิ่งที่ต้องเตรียม: ของเล่นยัดไส้ขนม ขนม



เป้าหมายวันนี้

ค่อย ๆ ฝึกให้ลูกสุนัขอยู่ในกรงที่ปิดประตูได้อย่างผ่อนคลาย ขณะที่คุณเดินไปมาในห้อง

แบบฝึกที่ 1 ฝึกปิดประตู

5 นาที วันละ 3 รอบ

1. โยนขนมเข้าไปในกรง เมื่อลูกสุนัขเข้าไปแล้ว ปิดประตู 3 วินาที
2. ป้อนขนมผ่านซี่กรง แล้วเปิดประตู
3. ทำซ้ำ โดยเพิ่มเป็น 10 วินาที 30 วินาที และ 1 นาที
4. เปิดประตูเฉพาะตอนที่ลูกสุนัขเงียบอยู่เท่านั้น

แบบฝึกที่ 2 ก้าวห่างออกมา

10 นาที วันละ 2 รอบ

1. ให้ของเล่นยัดไส้ขนมในกรง แล้วปิดประตู
2. ก้าวออกมา 1 ก้าว กลับไป แล้วหย่อนขนมให้
3. ค่อย ๆ เพิ่มเป็นเดินข้ามห้อง แล้วหายไปจากสายตาชั่วครู่
4. ตั้งเป้าให้อยู่อย่างผ่อนคลาย 5–10 นาทีก่อนปล่อยออกมา

เคล็ดลับมือโปร: ฝึกหลังจากได้ออกกำลังและขับถ่ายแล้ว ลูกสุนัขที่เหนื่อยและไม่ปวดฉี่จะสงบได้ง่ายกว่ามาก อย่าลืมเปิดพัดลมหรือแอร์ให้อากาศเย็นสบาย

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 2 · ปูพื้นฐาน

วันที่ 12 จาก 28

“ไม่เอา”

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม 2 แบบ คือแบบธรรมดาและแบบอร่อยเป็นพิเศษ



เป้าหมายวันนี้

สอนให้ลูกสุนัขรู้ว่าการถอยห่างจากของล่อใจ จะได้ของที่ดีกว่าเสมอ

แบบฝึกที่ 1 “ไม่เอา” แบบกำมือ

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. กำขนมธรรมดาไว้ในมือ ยื่นในระดับจมูกลูกสุนัข
2. ปล่อยให้ดม เลีย หรือเขี่ย โดยคุณอยู่นิ่ง ๆ ไม่ต้องพูดอะไร
3. วินาทีที่ลูกสุนัขถอยออก พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนมจากมืออีกข้าง
4. เมื่อทำได้ 5 ครั้ง ให้พูดว่า “ไม่เอา” ตอนยื่นกำปั้น

แบบฝึกที่ 2 “ไม่เอา” แบบแบมือ

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. วางขนมบนฝ่ามือที่แบอยู่ แล้วพูดว่า “ไม่เอา”
2. ถ้าลูกสุนัขพุ่งเข้าหา ให้กำมือปิดอย่างใจเย็น
3. เมื่อยั้งตัวได้ 1 วินาที พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้รางวัลจากมืออีกข้าง
4. ค่อย ๆ เพิ่มเวลารอเป็น 3 วินาที

เคล็ดลับมือโปร: รางวัลต้องมาจากที่อื่นเสมอ ไม่ใช่ของชิ้นที่สั่งว่า “ไม่เอา” กติกาจะได้ชัดเจน ทักษะนี้สำคัญมากเมื่อออกไปเจอเศษอาหารตามทางเดิน

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 2 · ปูพื้นฐาน

วันที่ 13 จาก 28

เสียงและพื้นผิวใหม่ ๆ

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม ของใช้ในบ้าน มือถือสำหรับเปิดคลิปเสียง



เป้าหมายวันนี้

สร้างลูกสุนัขที่มั่นใจ ด้วยการจับคู่พื้นผิวและเสียงแปลกใหม่กับขนมและการเล่น

แบบฝึกที่ 1 ผจญภัยบนพื้นผิว

5 นาที

1. วางพื้นผิว 3 แบบ เช่น ผ้าขนหนู กระดาษลัง และถาดโลหะ
2. โรยขนมไว้บนและรอบ ๆ แต่ละพื้นผิว
3. ปล่อยให้ลูกสุนัขสำรวจตามจังหวะของตัวเอง ไม่ต้องล่อหรืออุ้มไปวาง
4. ชมทุกก้าวที่กล้าเหยียบ พรุ่งนี้เพิ่มพื้นผิวใหม่ เช่น พื้นเปียกหรือฝาท่อ

แบบฝึกที่ 2 บิงโกเสียง

5 นาที

1. เปิดคลิปเสียง เช่น ฟ้าร้อง มอเตอร์ไซค์ ประทัด ด้วยระดับเสียงเบามาก
2. ให้ขนมหรือเล่นดึงของเล่นขณะที่เสียงดังอยู่
3. ปิดเสียงเมื่อไร ขนมก็หยุดด้วย ทำซ้ำ 3 รอบ
4. เพิ่มเสียงขึ้นทีละนิด เฉพาะเมื่อลูกสุนัขยังผ่อนคลายอยู่

เคล็ดลับมือโปร: ดูภาษากายเป็นหลัก ถ้าตัวอ่อนพลิ้ว หางแกว่ง แปลว่ากำลังเรียนรู้ ถ้าหางตกหรือตัวแข็งทื่อ ให้ลดความยากและเพิ่มระยะห่าง ฝึกเสียงฟ้าร้องไว้ก่อนเข้าหน้าฝนจะช่วยได้มาก

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 2 · ปูพื้นฐาน

วันที่ 14 จาก 28

อยู่คนเดียวได้ + ทบทวนสัปดาห์ที่ 2

สิ่งที่ต้องเตรียม: ของเล่นแทะที่ปลอดภัย กรงหรือคอก



เป้าหมายวันนี้

สอนว่าการอยู่คนเดียวช่วงสั้น ๆ นั้นปลอดภัย ไม่มีอะไรน่าตื่นเต้น และคุณจะกลับมาเสมอ

แบบฝึกที่ 1 ออกไปแป๊บเดียว

10 นาที

1. ให้ลูกสุนัขอยู่ในกรงหรือคอกพร้อมของเล่นแทะ
2. เดินออกจากห้อง 30 วินาที แล้วกลับเข้ามาอย่างสงบ
3. ทำซ้ำ โดยเพิ่มเป็น 2 นาที แล้วเป็น 5 นาที
4. ทั้งตอนไปและตอนกลับให้ทำตัวเฉย ๆ ไม่ต้องลาหรือทักทายใหญ่โต

แบบฝึกที่ 2 แทะเพลิน ๆ แล้วพัก

15 นาที

1. หลังเล่นและขับถ่ายแล้ว ให้ของแทะที่แทะได้นาน
2. เดินทำงานบ้านไปตามปกติ
3. แวะกลับมาหย่อนขนมให้เป็นระยะ ในตอนที่เงียบอยู่
4. จดไว้ในช่องบันทึกด้านล่างว่าอยู่อย่างผ่อนคลายได้นานแค่ไหน

เคล็ดลับมือโปร: การฝึกแยกกันสั้น ๆ ทุกวันตั้งแต่ตอนนี้ช่วยป้องกันภาวะวิตกกังวลเมื่อต้องแยกจากเจ้าของ ฝึกแม้ในวันที่คุณทำงานที่บ้านทั้งวัน

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 3 · มารยาทดี

วันที่ 15 จาก 28

คอย

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม ห้องที่เงียบ



เป้าหมายวันนี้

แนะนำคำว่า “คอย” และคำปล่อยตัว เพื่อให้ลูกสุนัขอยู่ในท่าเดิมจนกว่าคุณจะบอกว่าไปได้

แบบฝึกที่ 1 คอย 3 วินาที

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. สั่งให้นั่ง ยกฝ่ามือขึ้นตรงหน้า แล้วพูดว่า “คอย”
2. นับ 1 วินาที พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนมขณะที่ยังนั่งอยู่
3. ค่อย ๆ เพิ่มเป็น 3 วินาที แล้วเป็น 5 วินาที
4. จบทุกรอบด้วยคำปล่อยตัวว่า “ไปได้!”

แบบฝึกที่ 2 ยืดเวลาให้นานขึ้น

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. สั่งให้หมอบ แล้วพูดว่า “คอย”
2. ป้อนขนมทุก 2 วินาทีขณะที่ยังอยู่ในท่าเดิม
3. ค่อย ๆ ยืดช่วงห่างระหว่างขนมเป็น 5 วินาที
4. พูดว่า “ไปได้!” แล้วโยนขนมออกไปเพื่อเริ่มรอบใหม่

เคล็ดลับมือโปร: ถ้าลูกสุนัขลุกขึ้นก่อน แปลว่าคุณขอมากเกินไปนิดหนึ่ง ให้เริ่มใหม่อย่างใจเย็นและลดเวลาลง ไม่จำเป็นต้องดุ

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 3 · มารยาทดี

วันที่ 16 จาก 28

เดินสายจูงไม่ดึง

สิ่งที่ต้องเตรียม: สายจูง สายรัดอก ขนมชิ้นเล็กจำนวนมาก



เป้าหมายวันนี้

สอนว่าสายหย่อนทำให้ได้เดินต่อ ส่วนสายตึงทำให้ทุกอย่างหยุด

แบบฝึกที่ 1 โซนรางวัล

5 นาที วันละ 2 รอบ

1. เริ่มในทางเดินในบ้านหรือสนามที่มีสิ่งรบกวนน้อย
2. ก้าว 1 ก้าว ถ้าลูกสุนัขอยู่ข้างขา พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนม
3. ค่อย ๆ เพิ่มเป็น 3 ก้าวต่อขนม 1 ชิ้น แล้วเป็น 5 ก้าว
4. เปลี่ยนทิศบ่อย ๆ เพื่อให้ลูกสุนัขสนใจคุณอยู่เสมอ

แบบฝึกที่ 2 ยืนนิ่งเป็นต้นไม้

ทุกครั้งที่เดินเล่น

1. ทันทีที่สายจูงตึง ให้หยุดเดิน
2. ยืนนิ่ง ๆ รอเงียบ ๆ ไม่ต้องกระตุกสายกลับ
3. เมื่อลูกสุนัขหันกลับมามองหรือสายหย่อนลง พูดว่า “เก่ง!”
4. แล้วเดินต่อ การได้เดินไปข้างหน้าคือรางวัล

เคล็ดลับมือโปร: เดินเล่นช่วงเช้าตรู่หรือหลังแดดร่ม ก่อนออกเดินให้เอาหลังมือแนบพื้นถนน 5 วินาที ถ้าคุณทนร้อนไม่ไหว อุ้งเท้าลูกสุนัขก็ทนไม่ไหวเช่นกัน

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 3 · มารยาทดี

วันที่ 17 จาก 28

“ปล่อย”

สิ่งที่ต้องเตรียม: ของเล่น 2 ชิ้น ขนมอร่อย ของเล่นดึง



เป้าหมายวันนี้

สอนให้ลูกสุนัขเต็มใจคายของ โดยทำให้การยอมปล่อยเป็นการแลกเปลี่ยนที่คุ้มสุด ๆ

แบบฝึกที่ 1 เกมแลกของ

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. ให้ของเล่นที่สนุก แต่ไม่ใช่ชิ้นที่หวงที่สุด
2. ถือขนมอร่อยไว้ชิดจมูก
3. เมื่ออ้าปากคายของเล่น พูดว่า “เก่ง!” ให้ขนม แล้วคืนของเล่นให้
4. เมื่อแลกได้ 5 ครั้ง ให้พูดว่า “ปล่อย” ก่อนโชว์ขนม

แบบฝึกที่ 2 เล่นดึงแบบมีกติกา

5 นาที

1. เริ่มเกมดึงของเล่นด้วยคำว่า “เอาเลย!”
2. ผ่านไปสักครู่ ให้หยุดนิ่งแล้วพูดว่า “ปล่อย”
3. เมื่อปล่อย พูดว่า “เก่ง!” แล้วเริ่มเล่นใหม่ทันที
4. ถ้าฟันโดนมือ ให้หยุดเกม 10 วินาที

เคล็ดลับมือโปร: การคืนของเล่นให้เกือบทุกครั้งสอนลูกสุนัขว่าการปล่อยไม่ได้แปลว่าเสียของ ลูกสุนัขจะไม่หวงของและไม่คาบของวิ่งหนี

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 3 · มารยาทดี

วันที่ 18 จาก 28

ทักทายอย่างสุภาพ

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม ผู้ช่วยหรือคนในบ้าน



เป้าหมายวันนี้

เปลี่ยนจากการกระโดดใส่ มาเป็นยืนสี่ขาติดพื้น เพื่อให้การทักทายน่ารักสำหรับทุกคน

แบบฝึกที่ 1 สี่ขาติดพื้น

3 นาที วันละ 3 รอบ

1. เดินเข้าหาลูกสุนัขโดยถือขนมไว้ในระดับต่ำ
2. ถ้าสี่ขายังอยู่บนพื้น พูดว่า “เก่ง!” แล้วป้อนในระดับจมูก
3. ถ้ากระโดด ให้หันหลังแล้วรอ 3 วินาที
4. ลองใหม่ ให้รางวัลในวินาทีที่ลูกสุนัขเลือกอยู่บนพื้น

แบบฝึกที่ 2 นั่งเพื่อทักทาย

5 นาที

1. ให้ผู้ช่วยเดินเข้ามา โดยคุณถือสายจูงไว้
2. สั่งให้นั่ง ผู้ช่วยจะเข้ามาใกล้เฉพาะตอนที่ลูกสุนัขนั่งอยู่
3. ถ้าก้นลอยขึ้น ผู้ช่วยถอยหลัง 1 ก้าว
4. เมื่อนั่งนิ่งได้ ผู้ช่วยค่อยลูบเบา ๆ และให้ขนม

เคล็ดลับมือโปร: ขอให้แขกที่มาบ้านไม่สนใจตอนลูกสุนัขกระโดด และทักทายเฉพาะตอนนั่งเท่านั้น คนเดียวที่ให้รางวัลกับการกระโดดอาจทำให้ที่ฝึกมาทั้งสัปดาห์สูญเปล่า

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

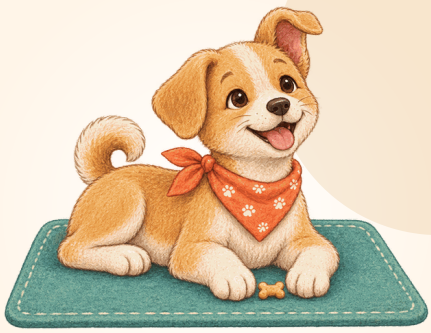
บันทึก

สัปดาห์ที่ 3 · มารยาทดี

วันที่ 19 จาก 28

พักบนเบาะ

สิ่งที่ต้องเตรียม: เบาะ ผ้าขนหนู หรือที่นอนสุนัข ขนม ของแทะ



เป้าหมายวันนี้

ให้ลูกสุนัขมีที่ประจำไว้พักผ่อน ทั้งที่บ้านและทุกที่ที่คุณพกเบาะไปด้วย

แบบฝึกที่ 1 ไปที่เบาะ

3 นาที วันละ 3 รอบ

1. วางเบาะลง พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนมทุกครั้งที่เท้าแตะเบาะ
2. ขั้นต่อไป รอให้ขึ้นไปครบสี่ขาก่อนจึงให้รางวัล
3. ใช้ขนมนำให้หมอบบนเบาะ แล้ววางขนมหลายชิ้นระหว่างขาหน้า
4. เพิ่มคำสั่ง “ไปที่เบาะ” ขณะที่ลูกสุนัขกำลังก้าวขึ้น

แบบฝึกที่ 2 ยืดเวลาผ่อนคลาย

10 นาที

1. นั่งข้างเบาะพร้อมหนังสือหรือกาแฟสักแก้ว
2. หย่อนขนมระหว่างขาหน้าทุกไม่กี่วินาทีขณะที่นอนหมอบอยู่
3. ค่อย ๆ ยืดช่วงห่างเป็น 10 วินาที แล้วเป็น 20 วินาที
4. เพิ่มของแทะ แล้วตั้งเป้าให้สงบได้ 5 นาที

เคล็ดลับมือโปร: พกเบาะติดตัวไปคลินิกสัตว์ บ้านเพื่อน หรือคาเฟ่ที่รับสัตว์เลี้ยง ที่คุ้นเคยช่วยให้ลูกสุนัขผ่อนคลายในที่ใหม่ ๆ หน้าร้อนลองใช้แผ่นเจลเย็นเป็นเบาะได้

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 3 · มารยาทดี

วันที่ 20 จาก 28

ผู้คนและสถานที่

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม เบาะ กระเป๋าหรือรถเข็นสัตว์เลี้ยง



เป้าหมายวันนี้

ให้ลูกสุนัขได้เห็นโลกกว้างจากระยะที่สบายใจ และเรียนรู้ว่าคนแปลกหน้าและสถานที่ใหม่ ๆ นั้นปลอดภัย

แบบฝึกที่ 1 นั่งดูโลก

10 นาที

1. นั่งในที่ค่อนข้างเงียบ เช่น หน้าบ้านหรือสวนในหมู่บ้าน ให้ลูกสุนัขอยู่บนตักหรือในกระเป๋า
2. ทุกครั้งที่ลูกสุนัขมองเห็นคน มอเตอร์ไซค์ หรือสุนัขตัวอื่น พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนม
3. เว้นระยะให้ไกลพอที่ลูกสุนัขยังผ่อนคลายและอยากรู้อยากเห็น
4. กลับบ้านเมื่อครบ 10 นาที ในขณะที่ทุกอย่างยังไปได้ดี

แบบฝึกที่ 2 ทักทายเมื่อพร้อม

5 นาที

1. ขอให้เพื่อนนั่งยองหันข้าง แล้วยื่นขนมให้
2. ให้ลูกสุนัขตัดสินใจเองว่าจะเข้าไปหาหรือไม่ ห้ามดึงหรืออุ้มเข้าไป
3. ถ้าเดินเข้าไปหา ให้เพื่อนลูบหน้าอก 3 วินาทีแล้วหยุด
4. ถ้าลูกสุนัขขอเพิ่มก็ลูบต่อ ถ้าไม่ก็ไม่เป็นไร

เคล็ดลับมือโปร: ก่อนวัคซีนครบ อย่าวางลูกสุนัขบนพื้นในที่สาธารณะ และอย่าให้เข้าใกล้สุนัขจรหรือสุนัขที่ไม่รู้ประวัติวัคซีน เพราะลำไส้อักเสบและไข้หัดยังพบบ่อยในบ้านเรา การอุ้มหรือใส่รถเข็นออกไปดูโลกก็นับเป็นการเข้าสังคมแล้ว

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 3 · มารยาทดี

วันที่ 21 จาก 28

เตรียมพร้อมหาหมอและอาบน้ำ + ทบทวน

สิ่งที่ต้องเตรียม: แปรง กรรไกรตัดเล็บ ผ้าขนหนู ขนม



เป้าหมายวันนี้

ซ้อมการจับตัวแบบที่สัตวแพทย์และช่างอาบน้ำตัดขนจะทำ เพื่อให้วันจริงเป็นเรื่องคุ้นเคย แล้วทบทวนสัปดาห์ที่ 3

แบบฝึกที่ 1 ซ้อมตรวจร่างกาย

5 นาที

1. วางลูกสุนัขบนแผ่นกันลื่นบนพื้นหรือโต๊ะเตี้ย
2. เปิดดูหูทีละข้างแล้วให้ขนม เปิดริมฝีปากแล้วให้ขนม
3. ลูบไล่ตามท้อง ขาแต่ละข้าง และซอกนิ้ว ให้ขนมไปเรื่อย ๆ
4. กอดประคองให้อยู่นิ่ง 3 วินาที แล้วปล่อยและให้รางวัล

แบบฝึกที่ 2 รู้จักแปรงและกรรไกรตัดเล็บ

5 นาที

1. ให้ลูกสุนัขดมแปรง แล้วให้ขนม
2. แปรงเบา ๆ ตามหลัง 1 ครั้ง แล้วให้ขนม ทำซ้ำ 5 ครั้ง
3. ให้ดูกรรไกรตัดเล็บ แตะที่อุ้งเท้า 1 ข้าง แล้วให้ขนม
4. ตัดปลายเล็บเพียงเล็บเดียว เฉพาะเมื่อลูกสุนัขผ่อนคลายเต็มที่

เคล็ดลับมือโปร: หยุดก่อนที่ลูกสุนัขจะเบื่อ ฝึกสั้น ๆ อย่างมีความสุขหลายรอบดีกว่าฝืนทำยาว ๆ ครั้งเดียว อากาศร้อนชื้นทำให้ต้องอาบน้ำและเช็ดหูบ่อย ฝึกไว้แต่เนิ่น ๆ คุ้มแน่นอน

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 4 · พร้อมออกโลกกว้าง

วันที่ 22 จาก 28

คอยแบบมีระยะห่าง

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม พื้นที่เงียบ ๆ



เป้าหมายวันนี้

เพิ่มระยะห่างให้คำสั่ง “คอย” เพื่อให้ลูกสุนัขอยู่ในท่าเดิมขณะที่คุณเดินออกไปและกลับมา

แบบฝึกที่ 1 ถอยหนึ่งก้าว

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. สั่งให้นั่ง แล้วพูดว่า “คอย”
2. ถอยหลัง 1 ก้าว แล้วกลับมาทันที
3. พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนมขณะที่ยังอยู่ในท่าเดิม
4. เพิ่มเป็น 3 ก้าว แล้วเป็น 5 ก้าว และกลับมาหาก่อนปล่อยตัวทุกครั้ง

แบบฝึกที่ 2 เดินรอบตัว

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. สั่งให้หมอบ แล้วพูดว่า “คอย”
2. ก้าวไปด้านข้าง 1 ก้าว กลับมา แล้วให้ขนม
3. ค่อย ๆ เพิ่มจนเดินวนรอบตัวลูกสุนัขได้ครบรอบ
4. พูดว่า “ไปได้!” แล้วฉลองด้วยการเล่นสั้น ๆ

เคล็ดลับมือโปร: ฝึกทีละอย่าง เมื่อเพิ่มระยะห่าง ให้ลดเวลาลง และฝึกในที่ที่ไม่มีสิ่งรบกวน

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 4 · พร้อมออกโลกกว้าง

วันที่ 23 จาก 28

เรียกกลับนอกบ้าน

สิ่งที่ต้องเตรียม: สายจูงยาว 5–10 เมตร สายรัดอก ขนมที่ชอบที่สุด



เป้าหมายวันนี้

นำคำว่า “มานี่” ออกไปใช้นอกบ้านอย่างปลอดภัยด้วยสายจูงยาว และฝึกเรียกออกจากสิ่งเร้าเบา ๆ

แบบฝึกที่ 1 เรียกกลับด้วยสายยาว — 5 นาที

1. ติดสายจูงยาวกับสายรัดอก ในพื้นที่โล่งที่ปลอดภัยและไกลจากถนน
2. ปล่อยให้ลูกสุนัขเดินดมสำรวจสักพัก
3. เรียกชื่อตามด้วย “มานี่!” หนึ่งครั้ง แล้ววิ่งถอยหลัง
4. ให้ขนม 3 ชิ้นติดกัน แล้วพูดว่า “ไปเล่นได้!”

แบบฝึกที่ 2 เรียกออกจากสิ่งเร้า — 5 นาที

1. รอจนลูกสุนัขกำลังดมอะไรที่น่าสนใจพอประมาณ
2. เรียกหนึ่งครั้งด้วยเสียงสดใส ตบมือหรือย่อตัวช่วยได้ถ้าจำเป็น
3. ครั้งที่ยากให้รางวัลพิเศษ เช่น ขนมเต็มกำมือหรือของเล่นชิ้นโปรด
4. ถ้าไม่สนใจ ให้เดินเข้าไปใกล้ขึ้นแล้วลองแบบที่ง่ายกว่า

เคล็ดลับมือโปร: พูด “มานี่” ครั้งเดียว ไม่ใช่ห้าครั้ง ถ้าลูกสุนัขยังตอบสนองไม่ได้แปลว่ายากเกินไป ให้ลดระยะลง และอย่าปล่อยสายในที่ที่มีรถ มอเตอร์ไซค์ หรือสุนัขจร

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 4 · พร้อมออกโลกกว้าง

วันที่ 24 จาก 28

“ไม่เอา” ระหว่างเดิน

สิ่งที่ต้องเตรียม: สายจูง อาหารเม็ด ขนมอร่อยเป็นพิเศษ



เป้าหมายวันนี้

ต่อยอด “ไม่เอา” จากในมือ ลงสู่พื้น แล้วออกไปใช้จริงระหว่างเดินเล่น

แบบฝึกที่ 1 “ไม่เอา” ของบนพื้น

3 นาที วันละ 2 รอบ

1. วางอาหารเม็ดบนพื้น เตรียมเท้าไว้พร้อมบัง
2. พูดว่า “ไม่เอา” ถ้าลูกสุนัขพุ่งเข้าหา ให้ใช้เท้าบังอย่างใจเย็น
3. เมื่อเงยหน้ามองคุณ พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้รางวัลจากมือ
4. ค่อย ๆ เพิ่มจนวางทิ้งไว้โดยไม่ต้องบังได้ 3 วินาที

แบบฝึกที่ 2 เดินผ่านแล้ว “ไม่เอา”

5 นาที

1. วางขนมบนพื้น แล้วจูงลูกสุนัขเดินผ่าน
2. พูดว่า “ไม่เอา” ก่อนที่ลูกสุนัขจะเดินไปจนสุดสาย
3. เมื่อหันกลับมาหาคุณ พูดว่า “เก่ง!” แล้วให้ขนมพร้อมเดินต่อ
4. เริ่มจากเดินอ้อมห่าง ๆ แล้วค่อย ๆ ขยับเข้าใกล้ในแต่ละรอบ

เคล็ดลับมือโปร: บนทางเท้าบ้านเรามีทั้งกระดูกไก่ ไม้เสียบลูกชิ้น เศษอาหาร ไปจนถึงยาเบื่อและคางคก คำว่า “ไม่เอา” ช่วยชีวิตลูกสุนัขได้จริง ให้รางวัลอย่างใจป้ำไปตลอดชีวิต

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 4 · พร้อมออกโลกกว้าง

วันที่ 25 จาก 28

รอที่ประตู

สิ่งที่ต้องเตรียม: สายจูง ขนม ชามอาหาร



เป้าหมายวันนี้

สอนให้ลูกสุนัขหยุดรอที่ประตูและตอนมื้ออาหาร จนกว่าคุณจะอนุญาต

แบบฝึกที่ 1 รอที่ประตู

3 นาที วันละ 3 รอบ

1. ใส่สายจูง แล้วเดินไปที่ประตูที่ปิดอยู่
2. พูดว่า “รอ” แล้วแง้มประตูเพียงนิดเดียว
3. ถ้าลูกสุนัขขยับไปข้างหน้า ให้ปิดประตูเบา ๆ ถ้ายั้งตัวได้ พูดว่า “เก่ง!”
4. เปิดประตูจนสุด พูดว่า “โอเค!” แล้วเดินผ่านไปด้วยกัน

แบบฝึกที่ 2 รอชามอาหาร

ทุกมื้ออาหาร

1. ถือชามอาหารไว้ระดับอก แล้วพูดว่า “รอ”
2. ค่อย ๆ ลดชามลง ถ้าลูกสุนัขพุ่งเข้าหา ให้ยกชามกลับขึ้นไป
3. เมื่อชามถึงพื้นและลูกสุนัขยังรออยู่ พูดว่า “โอเค!”
4. เริ่มจากรอ 1 วินาทีหลังชามถึงพื้น แล้วเพิ่มเป็น 5 วินาที

เคล็ดลับมือโปร: การรอที่ประตูรั้วและประตูลิฟต์ช่วยกันลูกสุนัขวิ่งพรวดออกถนนได้ “รอ” คือหยุดจนกว่าจะบอกให้ไป ส่วน “คอย” คืออยู่ท่าเดิมจนกว่าคุณจะกลับมาหา

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 4 · พร้อมออกโลกกว้าง

วันที่ 26 จาก 28

นั่งรถอย่างมั่นใจ

สิ่งที่ต้องเตรียม: สายรัดนิรภัยหรือกรงเดินทาง ของแทะ ขนม



เป้าหมายวันนี้

ช่วยให้ลูกสุนัขสงบและปลอดภัยในรถ โดยเริ่มจากรถที่จอดนิ่งและเปิดแอร์เย็นแล้ว

แบบฝึกที่ 1 ปาร์ตี้ในรถจอด

5 นาที

1. จอดรถในที่ร่ม เปิดแอร์ให้เย็นก่อน แล้วอุ้มลูกสุนัขขึ้นรถ
2. ให้ขนมหรือของแทะในกรงเดินทางหรือที่นั่งประจำ
3. นั่งเป็นเพื่อน 2–3 นาที แล้วอุ้มลง
4. รอบถัดไป ลองปิดประตูและนั่งด้วยกันให้นานขึ้นอีกนิด

แบบฝึกที่ 2 ขับวนรอบซอย

5–10 นาที

1. ให้ลูกสุนัขอยู่ในกรงเดินทาง หรือใส่สายรัดนิรภัยให้เรียบร้อย
2. ขับนุ่ม ๆ 3–5 นาทีบนถนนที่รถไม่เยอะ
3. จบที่ที่น่ารื่นรมย์ เช่น เดินดมเล่นสั้น ๆ
4. ค่อย ๆ เพิ่มระยะทางในสัปดาห์ต่อ ๆ ไป

เคล็ดลับมือโปร: ห้ามทิ้งลูกสุนัขไว้ในรถที่จอดอยู่ แม้เพียงไม่กี่นาทีหรือแง้มกระจกไว้ รถกลางแดดเมืองไทยร้อนถึงขั้นอันตรายต่อชีวิตได้เร็วมาก และงดมื้อใหญ่ 1 ชั่วโมงก่อนเดินทาง

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 4 · พร้อมออกโลกกว้าง

วันที่ 27 จาก 28

รวมทุกทักษะ

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม สายจูง เบาะ



เป้าหมายวันนี้

เชื่อมทักษะทั้งหมดเข้าด้วยกัน และนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ไม่ใช่แค่ในช่วงเวลาฝึก

แบบฝึกที่ 1 ฝึกแบบเซอร์กิต

5 นาที วันละ 2 รอบ

1. สั่งนั่ง หมอบ แล้วนั่งอีกครั้ง ให้รางวัลทุกท่า
2. เพิ่ม “คอย” 5 วินาที แล้วปล่อยตัวด้วย “ไปได้!”
3. เรียก “มานี่” จากอีกฝั่งของห้อง
4. จบด้วย “ไปที่เบาะ” พร้อมของแทะ

แบบฝึกที่ 2 เดินเล่นในชีวิตจริง

10–15 นาที

1. สั่ง “รอ” ที่ประตูบ้านก่อนออกไป
2. ให้รางวัลเมื่อสายจูงหย่อนทุก ๆ ไม่กี่ก้าว
3. ฝึก “ไม่เอา” 1 ครั้ง และนั่งรอที่ริมถนนก่อนข้าม 1 ครั้ง
4. จบการเดินด้วยการเรียกกลับและรางวัลชิ้นใหญ่

เคล็ดลับมือโปร: เริ่มเปลี่ยนขนมบางส่วนเป็นรางวัลในชีวิตจริง การนั่งอาจแลกกับการเปิดประตู ใส่สายจูง หรือโยนลูกบอลให้ก็ได้

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

สัปดาห์ที่ 4 · พร้อมออกโลกกว้าง

วันที่ 28 จาก 28

วันรับปริญญา

สิ่งที่ต้องเตรียม: ขนม ของเล่นชิ้นโปรด กล้องถ่ายรูป



เป้าหมายวันนี้

โชว์ทุกอย่างที่ลูกสุนัขเรียนรู้มา ฉลองด้วยกัน และเลือกว่าจะฝึกอะไรต่อไป

แบบฝึกที่ 1 ซ้อมใหญ่วันรับปริญญา

10 นาที

1. เปิดไปที่ตารางติดตามทักษะในหมวดเช็กลิสต์
2. สั่งแต่ละคำสั่งหนึ่งครั้ง ในที่ที่สงบและคุ้นเคย
3. ติ๊กคำสั่งที่ลูกสุนัขทำได้ตั้งแต่ครั้งแรก
4. วงกลม 2 ทักษะที่ควรฝึกเพิ่มในเดือนหน้า

แบบฝึกที่ 2 ฉลองและวางแผนต่อ

นานเท่าที่อยาก

1. ถ่ายรูปรับปริญญา แล้วกรอกประกาศนียบัตรในหน้าสุดท้าย
2. เล่นเกมโปรดของลูกสุนัข หรือพาไปเดินดมเล่นแบบพิเศษ
3. เลือกเป้าหมาย 3 ข้อสำหรับ 4 สัปดาห์ถัดไป
4. มองหาคลาสฝึกลูกสุนัขใกล้บ้านเพื่อเรียนรู้ต่อเนื่อง

เคล็ดลับมือโปร: การฝึกไม่มีวันจบจริง ๆ เพียงแต่กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ฝึกสั้น ๆ อย่างใจดีและสนุก แล้วลูกสุนัขจะเรียนรู้ต่อไปเรื่อย ๆ

ภารกิจวันนี้ ☐ แบบฝึกที่ 1 ☐ แบบฝึกที่ 2 ☐ จดตารางขับถ่าย ☐ อยู่ในกรงอย่างสงบ ☐ นอนเต็มอิ่ม

บันทึก

ตารางขับถ่าย

บันทึกการขับถ่าย: สัปดาห์ที่ 1 และ 2



จดเวลาลงในแต่ละช่อง แล้ววงกลมสิ่งที่เกิดขึ้น หากมีข้อกังวลเรื่องการขับถ่าย นำตารางนี้ไปให้สัตวแพทย์ดูได้

ฉ ฉี่ **อ** อึ **w** พลาดในบ้าน พาไปขับถ่ายทุกครั้งหลังตื่นนอน หลังกิน และหลังเล่น

สัปดาห์ที่ 1 · วันที่ 1–7

วัน	ตื่นนอน	หลังมื้อเช้า	ช่วงสาย	หลังมื้อกลางวัน	ช่วงบ่าย	หลังมื้อเย็น	ช่วงค่ำ	ก่อนนอน	กลางดึก
วันที่ 1	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 2	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 3	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 4	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 5	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 6	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 7	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w

จำนวนวันที่ไม่พลาดเลยในสัปดาห์นี้ __ / 7 เว้นช่วงนานที่สุด _____ ตื่นกลางดึก __ ครั้ง

สัปดาห์ที่ 2 · วันที่ 8–14

วัน	ตื่นนอน	หลังมื้อเช้า	ช่วงสาย	หลังมื้อกลางวัน	ช่วงบ่าย	หลังมื้อเย็น	ช่วงค่ำ	ก่อนนอน	กลางดึก
วันที่ 8	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 9	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 10	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 11	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 12	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 13	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 14	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w

จำนวนวันที่ไม่พลาดเลยในสัปดาห์นี้ __ / 7 เว้นช่วงนานที่สุด _____ ตื่นกลางดึก __ ครั้ง

เคล็ดลับการขับถ่าย: ช่วงกลางวัน ลูกสุนัขกลั้นได้ประมาณ 1 ชั่วโมงต่ออายุ 1 เดือน ไปเป็นเพื่อนทุกครั้ง ให้รางวัลภายใน 2 วินาทีหลังเสร็จ หน้าฝนลูกสุนัขมักไม่ยอมออกไปเปียก ควรเตรียมจุดขับถ่ายที่มีหลังคา หรือฝึกใช้แผ่นรองฉี่หรือถาดหญ้าเทียมบนระเบียงไว้เป็นทางเลือก

ตารางขับถ่าย

บันทึกการขับถ่าย: สัปดาห์ที่ 3 และ 4



กิจวัตรเหมือนเดิม แต่เว้นช่วงได้นานขึ้น ถึงตอนนี้คุณน่าจะเห็นรูปแบบชัดเจนแล้วว่าลูกสุนัขต้องขับถ่ายตอนไหน

ฉ ฉี่ อ อึ w พลาดในบ้าน พาไปขับถ่ายทุกครั้งหลังตื่นนอน หลังกิน และหลังเล่น

สัปดาห์ที่ 3 · วันที่ 15–21

วัน	ตื่นนอน	หลังมื้อเช้า	ช่วงสาย	หลังมื้อกลางวัน	ช่วงบ่าย	หลังมื้อเย็น	ช่วงค่ำ	ก่อนนอน	กลางดึก
วันที่ 15	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 16	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 17	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 18	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 19	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 20	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 21	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w

จำนวนวันที่ไม่พลาดเลยในสัปดาห์นี้ __ / 7 เว้นช่วงนานที่สุด _____ ตื่นกลางดึก __ ครั้ง

สัปดาห์ที่ 4 · วันที่ 22–28

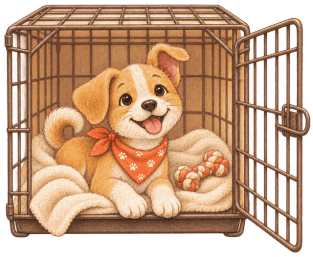
วัน	ตื่นนอน	หลังมื้อเช้า	ช่วงสาย	หลังมื้อกลางวัน	ช่วงบ่าย	หลังมื้อเย็น	ช่วงค่ำ	ก่อนนอน	กลางดึก
วันที่ 22	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 23	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 24	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 25	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 26	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 27	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w
วันที่ 28	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w	ฉ อ w

จำนวนวันที่ไม่พลาดเลยในสัปดาห์นี้ __ / 7 เว้นช่วงนานที่สุด _____ ตื่นกลางดึก __ ครั้ง

ยังพลาดอยู่บ่อย? กลับไปพาออกถี่ขึ้นและเฝ้าดูใกล้ชิดขึ้นสัก 2–3 วัน หากจู่ ๆ พลาดบ่อยขึ้นมาก เบ่งนาน ฉี่ถี่ผิดปกติ หรือถ่ายเหลว ควรพาไปพบสัตวแพทย์

ตารางเวลากรง

หนึ่งวันของเจ้าตัวเล็ก



ตัวอย่างกิจวัตรสำหรับลูกสุนัขอายุ 8–12 สัปดาห์ ปรับเวลาให้เข้ากับบ้านคุณได้ แต่ให้คงลำดับไว้: ขับถ่าย ทำกิจกรรม ขับถ่าย แล้วพัก ช่วง 10:00–16:00 น. แดดแรง ควรอยู่ในบ้าน

● ขับถ่าย / ทำกิจกรรม ● มื้ออาหาร ● พักในกรง

06:00	ตื่นนอน พาไปขับถ่ายทันที	☐
06:15	เดินเล่นสั้น ๆ ช่วงอากาศเย็น และแบบฝึกที่ 1	☐
07:00	มื้อเช้าในกรง เปิดประตูไว้ แล้วพาไปขับถ่าย	☐
08:00	นอนในกรง	☐
10:00	ขับถ่าย เล่นเบา ๆ ในบ้าน	☐
11:00	นอนในกรง (เปิดพัดลมหรือแอร์)	☐
12:30	ขับถ่าย มื้อกลางวัน แล้วขับถ่ายอีกครั้ง	☐
13:15	เล่นและฝึกในบ้าน แบบฝึกที่ 2	☐
14:00	นอนในกรง	☐
16:00	ขับถ่าย เล่นในบ้านหรือที่ร่ม	☐
17:00	มื้อเย็น แล้วพาไปขับถ่าย	☐
17:45	เดินเล่นหรือเข้าสังคมหลังแดดร่ม	☐
18:45	พักในกรงหรือคอกพร้อมของแทะ	☐
20:00	ขับถ่าย เล่นเงียบ ๆ ฝึกจับตัว	☐
21:45	ขับถ่ายรอบสุดท้าย (ทำให้น่าเบื่อเข้าไว้)	☐
22:00	เข้านอนในกรง	☐
02:00–03:00	ขับถ่ายกลางดึกถ้าจำเป็น แล้วกลับไปนอน	☐

อยู่ในกรงได้นานแค่ไหน (กลางวัน)

เวลาสูงสุดต่อหนึ่งช่วง พาไปขับถ่ายทั้งก่อนและหลัง

8–10 สัปดาห์	**30–60 นาที**
11–14 สัปดาห์	**1–3 ชั่วโมง**
15–16 สัปดาห์	**3–4 ชั่วโมง**
17 สัปดาห์ขึ้นไป	**4–5 ชั่วโมง**

หลักจำง่าย ๆ เรื่องกรง

- พาไปขับถ่ายก่อนเข้ากรงทุกครั้ง
- เข้ากรงหลังออกกำลัง ไม่ใช่ก่อน
- วางกรงในที่ร่ม อากาศถ่ายเท ห้ามตากแดด
- มีน้ำสะอาดให้กินตลอดเวลา
- ให้ของแทะหรือของเล่นยัดไส้ที่ปลอดภัย
- ถอดปลอกคอก่อนเข้ากรง
- เปิดประตูให้ออกตอนที่เงียบอยู่
- ร้องกลางดึก: พาไปขับถ่ายเงียบ ๆ ไม่เล่น แล้วกลับเข้านอน
- ขนาดกรงต้องยืน หมุนตัว และนอนเหยียดได้

กิจวัตรของลูกสุนัขบ้านเรา

ตื่นนอน _____ น. มื้ออาหาร _____ _____ _____ น. เข้านอน _____ น. ขับถ่ายกลางดึก _____ น.

เช็กลิสต์

พร้อมรับเจ้าตัวเล็ก

ติ๊กให้ครบก่อนหรือหลังรับลูกสุนัขเข้าบ้านไม่นาน



ของใช้จำเป็น

- [ ] กรงหรือคอกที่ใหญ่พอสำหรับตอนโต พร้อมแผ่นกั้นปรับขนาด
- [ ] เบาะนอนซักได้ และแผ่นเจลเย็นสำหรับหน้าร้อน
- [ ] ชามอาหารและชามน้ำ
- [ ] อาหารลูกสุนัข (ยี่ห้อเดิมจากฟาร์มหรือบ้านเดิมก่อน)
- [ ] ปลอกคอพร้อมป้ายชื่อและเบอร์โทร
- [ ] สายรัดอกและสายจูงยาว 1.5–2 เมตร
- [ ] สายจูงยาว 5–10 เมตรสำหรับฝึกเรียกกลับ
- [ ] แผ่นรองฉี่หรือถาดหญ้าเทียม (สำหรับคอนโดและหน้าฝน)
- [ ] ถุงเก็บอึ

อุปกรณ์ฝึก

- [ ] ขนมฝึกชนิดนิ่ม ชิ้นเท่าเมล็ดถั่ว
- [ ] กระเป๋าใส่ขนมคาดเอว
- [ ] ของเล่นยัดไส้ขนมได้
- [ ] ของเล่นดึงและตุ๊กตานุ่ม
- [ ] ของแทะที่ปลอดภัยหลายแบบสำหรับช่วงฟันขึ้น
- [ ] เบาะหรือผ้าขนหนูสำหรับฝึกพัก
- [ ] ที่กั้นประตู ที่กั้นบันได หรือคอก

จัดบ้านให้ปลอดภัย

- [ ] เก็บสายไฟ ปลั๊กพ่วง และสายชาร์จให้พ้นปาก
- [ ] เก็บรองเท้า ถุงเท้า และของเล่นเด็ก
- [ ] ปิดถังขยะให้มิดชิดหรือเก็บในตู้
- [ ] เก็บยา น้ำยาทำความสะอาด ยาฆ่าแมลง ยาเบื่อหนู และกาวดักหนู
- [ ] ย้ายต้นไม้มีพิษ เช่น ยี่โถ สาวน้อยประแป้ง ปรง ว่านหางจระเข้
- [ ] เก็บช็อกโกแลต องุ่น ลูกเกด หัวหอม กระเทียม และของที่มีไซลิทอลไว้ที่สูง
- [ ] ไม่ให้กระดูกไก่หรือกระดูกที่ปรุงสุกแล้ว
- [ ] ตรวจช่องรั้ว ประตูรั้ว และติดตาข่ายที่ระเบียงคอนโด
- [ ] จัดมุมที่ร่มและเย็น ไม่ผูกหรือขังไว้กลางแดด

สุขภาพและเอกสาร

- [ ] เลือกคลินิกหรือโรงพยาบาลสัตว์ และนัดตรวจครั้งแรก
- [ ] สมุดวัคซีน และจดวันนัดวัคซีนรวมเข็มถัดไป
- [ ] วัคซีนพิษสุนัขบ้า (กฎหมายกำหนดเข็มแรกเมื่ออายุ 2–4 เดือน)
- [ ] โปรแกรมถ่ายพยาธิ
- [ ] ยาป้องกันเห็บหมัดและพยาธิหนอนหัวใจ (ยุงเป็นพาหะ)
- [ ] ฝังไมโครชิปและขึ้นทะเบียนตามข้อกำหนดท้องถิ่น
- [ ] ตรวจกฎการเลี้ยงสัตว์ของนิติบุคคลคอนโดหรือหมู่บ้าน
- [ ] น้ำยาเอนไซม์กำจัดกลิ่นฉี่
- [ ] แปรงขน กรรไกรตัดเล็บ แชมพูลูกสุนัข น้ำยาเช็ดหู

เบอร์สำคัญ

สัตวแพทย์ประจำ _____ โรงพยาบาลสัตว์ฉุกเฉิน 24 ชม. _____

เลขไมโครชิป _____ นัดวัคซีนครั้งถัดไป _____

เช็กลิสต์

การเข้าสังคมและทักษะ



เน้นประสบการณ์ที่สงบและมีความสุข ไม่ใช่ปริมาณ ติ๊กเฉพาะเมื่อลูกสุนัขยังผ่อนคลายอยู่ และปรึกษาสัตวแพทย์เรื่องการออกนอกบ้านก่อนวัคซีนครบ

ผู้คน

- ☐ เด็ก ๆ (มีผู้ใหญ่ดูแลใกล้ชิด)
- ☐ คนใส่หมวกกันน็อกหรือแว่นกันแดด
- ☐ ไรเดอร์และพนักงานส่งของ
- ☐ รปภ. หรือคนใส่เครื่องแบบ
- ☐ คนกางร่มหรือใส่เสื้อกันฝน
- ☐ ผู้สูงอายุที่ใช้ไม้เท้าหรือรถเข็น

เสียง

- ☐ เครื่องดูดฝุ่นและเครื่องปั่น
- ☐ กริ่งประตูและเสียงเคาะ
- ☐ ไดร์เป่าผม
- ☐ มอเตอร์ไซค์และรถบรรทุก
- ☐ ฟ้าร้อง พลุ และประทัด (เปิดคลิปเสียงเบา ๆ)
- ☐ รถขายของและเสียงตามสาย

สถานที่

- ☐ คลินิกสัตว์ (แวะไปรับขนมเฉย ๆ)
- ☐ บ้านเพื่อนหรือญาติ
- ☐ ซอยหน้าบ้านที่เงียบ
- ☐ ลิฟต์และล็อบบี้คอนโด
- ☐ ลานจอดรถ
- ☐ คาเฟ่หรือคอมมูนิตี้มอลล์ที่รับสัตว์เลี้ยง

พื้นผิวและการจับตัว

- ☐ หญ้า กรวด และทราย
- ☐ พื้นกระเบื้องและพื้นไม้
- ☐ พื้นเปียกและฝาท่อระบายน้ำ
- ☐ บันได (ไม่กี่ขั้น ช้า ๆ)
- ☐ จับอุ้งเท้า หู ปาก และเปิดดูซอกนิ้ว
- ☐ อาบน้ำ เป่าขน และเช็ดตัว

ตารางติดตามทักษะ

ทบทวนทุกสิ้นสัปดาห์ และใช้ในการซ้อมใหญ่วันที่ 28

ทักษะ	กำลังเรียน	ทำได้ในบ้าน	ทำได้นอกบ้าน
จำชื่อตัวเอง วันที่ 1	☐	☐	☐
ขับถ่ายตามคำสั่ง วันที่ 3	☐	☐	☐
อยู่ในกรงอย่างมีความสุข วันที่ 2	☐	☐	☐
มองตา วันที่ 4	☐	☐	☐
นั่ง วันที่ 5	☐	☐	☐
หมอบ วันที่ 8	☐	☐	☐
มานี่ วันที่ 9	☐	☐	☐

ทักษะ	กำลังเรียน	ทำได้ในบ้าน	ทำได้นอกบ้าน
ไม่เอา วันที่ 12	☐	☐	☐
คอย วันที่ 15	☐	☐	☐
เดินสายจูงไม่ดึง วันที่ 16	☐	☐	☐
ปล่อย วันที่ 17	☐	☐	☐
ทักทายอย่างสุภาพ วันที่ 18	☐	☐	☐
พักบนเบาะ วันที่ 19	☐	☐	☐
รอที่ประตู วันที่ 25	☐	☐	☐

แผนฝึกลูกสุนัข 28 วัน

ประกาศนียบัตร
ลูกสุนัขคนเก่ง



ขอมอบประกาศนียบัตรฉบับนี้ให้แก่

_____

ชื่อลูกสุนัข

ซึ่งได้ผ่านการฝึกครบ 28 วันด้วยความอดทน ความกระตือรือร้น และขนมอีกนับไม่ถ้วน

จึงขอประกาศให้เป็น **“น้องหมาแสนดี”** อย่างเป็นทางการ

_____ _____

เจ้าของผู้ภาคภูมิใจ วันที่

ภาพประกอบ: น้องข้าวตัง วาดขึ้นใหม่สำหรับเล่มนี้โดยเฉพาะ · ฟอนต์: Mitr และ Sarabun (SIL Open Font License)