

获评2002年《纽约时报》最畅销书，销量已过百万

NEW YORK TIMES BEST SELLER

中华国际慈善联合会特别推荐



全球最具影响力的保姆翠茜·郝格的爱婴育婴之道

SECRETS
OF THE BABY WHISPERER

娃语者的秘密

翠茜·郝格 梅琳达·布劳/合著
TRACY HOGG WITH MELINDA BLAU



中华工商联合出版社
CHINA INDUSTRY & COMMERCE ASSOCIATED PRESS

全球最具影响力的保姆翠茜·郝格的爱婴育婴之道

娃语者的秘密

翠茜·郝格 梅琳达·布劳/合著
TRACY HOGG WITH MELINDA BLAU



中华工商联合出版社
CHINA INDUSTRY & COMMERCE ASSOCIATED PRESS

策划编辑: 王国瑞
责任编辑: 王国瑞 郭敬梅
封面设计: 李 栋 任 慧

图书在版编目 (CIP) 数据

娃语者的秘密 / (美) 霍格 (Hogg, T.) 著; 黄廷发等
译. — 北京: 中华工商联合出版社, 2003

ISBN 7-80193-072-X

I. 娃… II. ①霍…②黄… III. 婴幼儿—家庭教育
—经验—美国 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 124121 号

This translation published by arrangement with The
Ballantine Publishing Group, a division of Random
House, Inc.

版权登记号: 图字 01-2002-2285

中华工商联合出版社出版、发行

北京东城区东直门外新中街 11 号

邮政编码: 100027 电话: 64153909

北京卫顺印刷厂印刷

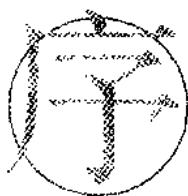
新华书店总经销

880 × 1230 毫米 1/32 印张: 12 270 千字

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 7-80193-072-X/Z · 28

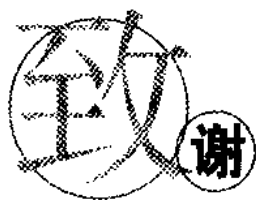
定价: 25.80 元



母亲是孩子的第一任教师，母亲的语言和行为对孩子的一生将产生重要的影响。《娃娃语者的秘密》一书将指导所有的母亲如何当好孩子的第一任教师，为儿童建一个健康成长的语言及生活环境。中华国际慈善联合会，愿将母亲般的慈爱之心，奉献给所有的母亲和儿童。愿天下的儿童伴随健康快乐地成长，愿天下的母亲伴随快乐健康地生活。

中华国际慈善联合会会长

2003.12.1.



我向梅琳德·布劳 (Melinda Blau) 表示感谢。是她，对我的工作进行了注解和说明；是她，将她的写作技巧注入了这项伟大的工程之中；是她，在全书中唱出了我的心声。在第一次与她的谈话中，我就知道她完全理解我对婴儿的理念。对她的友谊和所付出的辛苦我感激不尽。

谢谢你们，我亲爱的女儿萨拉和索菲，因为是你首先激发出我的潜能并让我在给婴儿讲故事时达到了一种更深层次的、潜意识的境界。

同时我还要感谢我的大家庭中的所有家人，尤其是我的母亲和我的祖母。她们的耐心，永不间断地给予我的支持为我打下了良好的基础，并一直在鼓励着我。

在这些年里，家人分享给我的快乐和他们宝贵的时间，我的

感激之情是无以言表的。尤其是利兹·赛德斯 (Lizzy Selders) 的友谊和他给予我的日常生活上的支持是我今生所不能忘怀的。

最后，我向那些曾帮助我与出版界磋商的人们表示感谢。他们是：罗文斯德 (Lowenstein) 联合会的艾琳·科普 (Eileen Cope)，她担任着书中的插图工作并且一直关注着整个出版过程。百来出版社 (Ballantine Books) 的主席季那·散德罗 (Gina Centrello)，他给予我的工作以充分的信任。还有编辑毛琳·欧尼尔 (Maureen O'Neal)，她总是给予我一贯的支持。

——特蕾茜·郝格 (Tracy Hogg)

于加州安西诺 (Encino, California)

看着特蕾茜·郝格 (Tracy Hogg) 施展她的魔法真是一种乐趣。虽然我已为人母，并且采访过许多教育专家，但她的洞察力和使用的策略总能使我惊讶不已。感谢她对我提出的无穷无尽的问题所表现出的耐心以及允许我走进她的世界。还要感谢她的两个女儿，允许将他们的妈妈暂借给我。

感谢特蕾茜的顾主们。他们欢迎我走入自己的家中，让我见到了他们的孩子，并使我更深刻地去理解特蕾茜所做的一切；感谢保尼·斯第克兰 (Bonnie Strickland) 医学博士，他作为中间联

系人使我认识了如科·克里夫(瑞查尔 Clifton) 医学博士, 他向我敞开了婴幼儿研究领域的大门; 感谢其他那些给予我帮助的专家们。

感谢罗文斯德文学机构(Lowenstein)的艾琳·科普(Eileen Cope)所给予我的认真的倾听和支持以及她所做出的明智的判断; 感谢芭芭拉·罗文斯德(Barbara Lowenstein)这许多年的经历和给予我的指导。向百来(Ballantine)出版社的季那·散德罗(Gina Centrello)、毛琳·欧尼尔(Maureen O'Neal)以及其他工作成员所付出的前所未有的努力表示感谢。

最后, **我必须向我的两位顾问表达我的感激之情。**一位是我的八十多岁的笔友汉瑞塔·莱夫娜(Henrietta Levner), 一位是我的姑姑如斯(Ruth), 她对我来说超越了朋友或亲属间的关系。她们都非常崇尚写作并总是鼓舞着我。还有要感谢珍妮夫(Jeniffer)和彼得(Peter)。我在写这本书时他们正准备结婚。感谢他们能依然爱着我, 在我对他们说“对不起, 现在不能谈”之后。当然还要感谢那些与我心贴心的人——马克(Mark)、凯(Cay)、杰瑞米(Jeremy)和罗仁娜(Lorena)。

——梅琳德·布劳(Melinda Blau)

于马萨诸塞北安普顿(Northampton, Massachusetts)

前言

那些准父母们问我最多的问题是“您认为我们应读哪些指导性书籍呢？”如果我的选择是有关医学方面的文章，我会毫不犹豫，但要我提出关于早期儿童行为和发展个性的简单易行的题议，我却深感处于窘境。现在这一问题终于得到解决了。

在《娃语者》中，特蕾茜·郝格（Tracy Hogg）传授给那些刚成为父母的人们（或已有过做父母经历的人们）一种神奇的技能：即对儿童的气质特征进行早期观察，对婴儿早期的交流活动和行为特征进行解释。由此对新生儿出现的常见问题提出简单易行的解决办法，如爱哭、多餐、失眠这类问题。在阅读此书时，读者一定会情不自禁地喜欢上特蕾茜那种显著的“英式”嘲弄，这使读者在她的幽默、机智而又不乏实际的风格中感到轻松舒

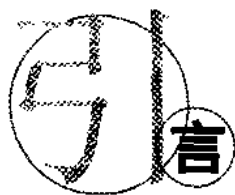
适。本书通俗易懂,不会让读者感到负担,但其中包含了许多在解决婴儿性情方面的很实用的内容。

对于许多刚为父母的人们,甚至是在孩子出生前,那些来自亲友、书籍和电子媒介的善意的信息给他们带来了迷惑和焦虑。现在的出版物在解决典型的新生儿问题时过于想当然,而缺少对其实质性的研究。这种偏激带来的结果是,从无养育孩子经历的父母们只能经常“摸着石头过河”,但往往事与愿违。在此书中,Tracy强调遵循常规的重要性,这会帮助父母们做到有规律可循。她提出了一个E.A.S.Y周期,即在婴儿的吃与睡的过程中加入一个活动过程,目的在于避免婴儿在睡眠过程中“加餐”。这时婴儿熟睡的时间就是父母自己的时间了。最终,婴儿将学会自己安静下来,而无需奶瓶。对于新生儿的父母来说,婴儿在喂饱后的哭闹或其他行为才更能说明问题。

对于那些孩子大一点后才看到这本书的父母,也是有助于他们解决一些经常遇到的难题的,记住,旧的习惯是可以被纠正的。在这个过程中,Tracy将会耐心地向你灌输自信,使你相信照顾孩子(还有睡眠和一些琐碎的细节)是可以处理得很好的。对于所有的父母来说,《娃语者》将成为我们期待已久的一本爱不释手的参考指南。让我们共同来分享它吧!

—— Jeannette. J. Levenstein

(加州因安诺儿科医疗机构医学博士,并担任加州洛杉矶西奈山雪松医疗中心和洛杉矶儿童医院儿科医生)



成为一名娃语者

让孩子们成为好孩子的最佳途径就是使他们快乐。

——Oscar Wilde

学习语言

坦白的说，我并不把自己称为“娃语者”。我的一个顾主曾经这样叫我。这要比叫我巫师（听起来有点吓人）、魔术师（听起来太神奇）或者 Hogg（我的姓）要强的多。这就是我被称为

娃语者的由来。我接受了，我有点喜欢它，因为它恰当的描述了我的工作。

也许你早就听说过“马语者”，或者你已看过有关的书籍或电影。如果是这样，那你可能还记得其中罗伯特·莱特福德是怎样对待那只受伤的马的。他一边倾听着、观察着它，一边耐心地、慢慢地向它靠近，他在思考这匹马的问题时，总是恭敬地和它保持着一段距离。经过如此的一个过程，他终于能够接近它，凝视着它的眼睛，并与它轻柔地交谈。在整个过程中，马语者始终保持着如岩石般的沉稳和他特有的安详，这一切使得那匹马渐渐地安静下来。

别误解我，我可不是把新生儿比作马（虽然二者都是有感知的动物），但我与婴儿之间的交流与其很相像。尽管父母们认为我有特殊的天赋，其实我所做的一点也不神秘，而且并不是特别的人才能拥有这项技能。与孩子交谈是一个尊重、倾听、观察和解释的过程。你不可能一夜之间学会（我差不多照看过 5000 多个婴儿），但每一个父母都能学会，而且也应该学会。我懂得婴儿的语言，并且我要将它传授给需要掌握它的人。

我是如何学会这项技能的

可以这么说，我的一生都在为做这个工作而准备着。我在约克塞尔长大（顺便说一句，这里制作的布丁是世界上最好吃的）。对我影响最大的是我的姥姥。虽然今年她 86 岁了，她仍是我所

见到的最有耐心、最温柔、慈爱的女性。她也是一位娃娃语者，她能让那些脾气最暴躁的孩子依偎在她怀里，并让她（他）安静下来。在我的两个女儿（另外两个今生影响我最大的人）出生后，她不仅指导我，让我消除种种顾虑，而且她还是我孩提时心目中最重要的人物。

长大一些后，我是一个对一切都毫无耐心、成天蹦蹦跳跳的野丫头。但是姥姥总能用一个游戏或故事来满足我这种充沛的精力。比如，当我们在电影院前排队时，我会像许多孩子一样，拽着她的袖子抱怨着：“还得等多久啊姥姥，我实在等烦了。”

要是换成我的祖母（我叫她奶奶，她已经去世了），对于我这种无礼一定会重重地给我一巴掌。她是一个绝对的维多利亚时代的人，她坚信孩子只能被看管，而没有被倾听的权利。那时，她一向实行铁腕政策。但是我的姥姥对我却从不严厉。对我的牢骚，她会马上瞥我一眼，而后眼睛一亮对我说：“看你的样子，要注意自己的形象。”同时，她还会盯着一个方向，用下巴一指朝我说道：“看见那边的妈妈和孩子了吗？你猜他们今天会去哪儿？”

“他们要去法国。”我迅速地回答道。

“那他们怎么去呢？”

“坐大喷气机。”我一定是从什么地方听到的这个词。

“那他们坐在哪儿呢？”姥姥会继续问道。直至我已编织出一个完整的故事时，我会发现我早就忘记排队这件事了。我的姥姥经常向我的想像力发起挑战。如果她在商店的橱窗里看到一件

婚纱，她会问道：“你认为要把这件婚纱摆到这里得需要多少人？”如果我说“两个”，她会向我步步逼近地提出许多细节问题。如：他们是怎么把婚纱运到商店的？它是哪儿做的？是谁把那些珍珠缝上去的？在她的带领下，我仿佛到了印度，想像着农民们是如何种下种子，然后用棉花做成衣服。

事实上，不仅是我的姥姥，而且她的姐姐，她的妈妈（我的曾祖母），还有我的妈妈，都把讲故事当成家中一个重要的传统。每当她们要强调一件事时，总会伴随着一个故事。这一天赋也同样遗传给了我。在我与孩子的父母们交流时，我总爱搬出一些故事或暗喻。如果一个婴儿由于立体声喇叭的音量受到刺激而无法安静下来，甚至不能小憩片刻，我会对其父母说：“要是我把你的床放在高速公路上，你还能入睡吗？”这样的设想要比我说“你应该这样做”更能帮助他们理解我的建议。

在我的家庭中，如果说是女性使我的天赋得以发展，那么我的姥爷，是他看着我如何将这些才能运用于实际的。那时姥爷在一家人们称为疯人院的地方做护士长。记得在一个圣诞节，他带着我和妈妈来到了儿童病房。那是一个肮脏的地方，而且伴随着奇怪的声响和气味。我幼小的眼睛所看到的景象是：邋遢的孩子们坐在轮椅里或是躺在散乱的枕头上。那时我还不到7岁，但母亲的样子深深地印在了我的脑海里，恐惧和怜悯的泪水从她的双颊淌过。

我，与之相反的却是对此产生迷恋。我知道大多数人都害怕

那些病人，并且对那个地方也不想再涉足一步，而我却不。我一次次地哀求姥爷让他带我再去一次。在我连续去了那里许多次后，终于有一天姥爷把我拉到一旁说道：“你应当考虑一下是否应该从事这一行，特蕾茜。和你的姥姥一样，你同样具有一颗伟大的爱心和无比的耐心。”

可以说这是我有生以来得到的最高的赞扬，而事实证明姥爷是对的。在我18岁的时候，我去了一所5年半制的英国护士学校。我必须承认，我不是个优秀的学生，我总是临阵磨枪。但我在实务课上表现超群。在英国，这是一门非常重要的课程。我在倾听、观察和心神的投入上表现相当出色，以至于护校校长委员会授予我年度护士奖，这一奖项是专门授予每年在病人护理课上表现突出的学生的。

这样，我在英国成为一名真正的护士和助产士了。作为护士，我的主要方向是照顾那些既有身体残疾又有智力障碍的儿童，他们很少愿意与人交流。其实也并非完全如此，就像婴儿一样，他们有其特有的交谈方式，也许他们会通过哭声和肢体语言这种非口语的方式来表达自己。为了帮助他们，我必须懂得他们的语言，并成为他们的翻译。

哭声和低语者

在照看许多我接生的过新生儿时，我逐渐发觉自己也能明白他们的非口语语言。所以当我从英国来到美国后，我专门从事幼

儿护理，也就是新生儿和产后幼儿助理员——美国人称此为“婴儿保姆”。我为纽约和洛杉矶的夫妇工作。我向这些刚成为父母的爸爸妈妈们证明，他们也能做到和婴儿低语交谈。重要的是要学会把握住自己，去读懂这些小生命。当发现问题所在时，就能使他们安静下来。

我把我认为父母该为婴儿做的事情告诉他们：给他们创造一种社会节奏，并帮助他们成为独立的个体。同时我还提倡我称之为“整体家庭”的理念，即幼小的婴儿应当成为这个家庭的一部分，除此之外别无其他选择。如果家庭中的其他成员——父母、兄弟姐妹、甚至宠物——是开心的，那么婴儿也会很满意的。

当我被邀请到某人的家里时，我感到非常的荣幸，因为我知道这是父母们一生中最宝贵的一段时光。在这段时间内，父母们虽然不可避免地伴随着焦虑和一个个不眠之夜，但他们将体会到一生之中最大的快乐。当我看到他们戏剧般的生活展现在我的眼前并被叫去帮忙时，我感到自己给他们的生活带来了更多的快乐，因为我帮他们走出了纷乱，并为他们的生活增添了调味剂。

如今，有时我和家人在一起，但大多数时间我是作为一名顾问，在婴儿降生后的头些天每天在人家里呆上一两个小时或连续呆上数个星期。我见到了许多三四十岁第一次做父母的人，在有孩子之前，他们本来生活得很好，但自从有了孩子以后，生活就变得不对劲儿起来，于是他们自问道：“我到底做了些什么？”你看，无论父母是百万富翁还是一贫如洗，一个新生儿，尤其是第

一个孩子，对于每一个家庭都是一样的。我接触过各个阶层的父母们，有家喻户晓的人物，有除了自己的邻居外谁也不知道名字的普通人，但我可以肯定地说，一个新生儿的降生会给他们中的大多数人带来惶恐。

事实上，我的手机整天就像爆炸了一般叫个不停（有时甚至是在夜里）。每次总是电话那边的人陷入绝望般的问我：

“特蕾茜，克瑞斯怎么老是饿？”

“特蕾茜，为什么詹森一分钟前还在冲我笑，现在突然哭了起来？”

“特蕾茜，我真不知道该怎么好了。乔伊一宿没睡，就是个不停。”

“特蕾茜，我觉得瑞克抱孩子转悠的次数太多了，你能和他说说吗？”

信不信由你，有了20年在各种各样的家庭做保姆的经验，在电话里我就能对问题做出诊断，尤其是对那些我曾见过的婴儿。有时我让妈妈把孩子带到电话旁，以便我能听到他的哭声（经常母亲也在一旁哭）。或者我亲自去一趟，如果需要的话，我会在那里呆上一夜，来观察家里到底是什么东西打乱了孩子的生活规律。到目前为止，我还从未遇到过自己理解不了的孩子或解决不了的问题。

尊重，是开启婴儿世界的一把钥匙

我的顾主们经常对我说：“特蕾茜，事情一到了你那儿就显得那么容易。”对于我来说的确容易，因为我与婴儿进行交流。我对待他们像对待所有的成年人一样：给予尊重。朋友们，这才是我作为一名娃语者工作的精髓。

每个婴儿都是一个实实在在的人，他们有自己的语言、情感和其独有的个性。因而他们应当受到尊重。

给予尊重，将是这本书从始至终的一个主题。如果你时刻都记得你的婴儿是一个“人”，那么你就会给予他应当得到的尊重。在字典中，“给予尊重”的解释是“避免侵犯或干涉他人”。如果某人在你头顶上说话或是仅仅对着你讲话，而不是在与你“交谈”，或是没有经过你的同意就触摸你，你是不是会感到尊严受到了侵犯呢？如果事情没有被解释清楚或是某人以漠视的态度对待你时，你是否会生气并且觉得受到了伤害呢？

对于婴儿同样是这样的。人们总习惯于在婴儿头的上方说话，好像婴儿根本不存在似的。我常听到父母或祖母们说：“这孩子这样”或“这孩子那样”。这样说是很非人格化和不尊重的，好像他们在谈论一个无生命的物体。更糟糕的是，他们没有一句解释的话就把这些可爱的小生命拖来拽去，好像成人们侵犯婴儿的空间是他们合法的权力。这就是我为什么提议应当绕着你的孩