

谁掌握了正确的家教方法，
谁就赋予了孩子幸福的人生。

成功家教
直通车

好孩子 是这样教出来的

编著
李新慧

谁掌握了正确的家教方法，
谁就赋予了孩子幸福的人生。

成功家教
直通车

好孩子 是这样教出来的

编著 李新慧

 煤炭工业出版社
· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

好孩子是这样教出来的 / 李新慧编著. -- 北京:
煤炭工业出版社, 2014

(成功家教直通车)

ISBN 978-7-5020-4522-7

I. ①好… II. ①李… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 088803 号

煤炭工业出版社 出版

(北京市朝阳区芍药居 35 号 100029)

网址: www.cciph.com.cn

三河市天润建兴印务有限公司 印刷

新华书店北京发行所 发行

*

开本 720mm × 1000mm¹/₁₆ 印张 13

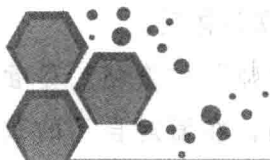
字数 170 千字 印数 1—5 000

2014 年 8 月第 1 版 2014 年 8 月第 1 次印刷

社内编号 7365 定价 25.80 元

版权所有 违者必究

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题, 本社负责调换



前言

每个父母都希望自己的孩子是好孩子，但是什么样的孩子才是父母眼中的好孩子呢？尽管目前对“好孩子”还没有一个明确的、权威的界定与标准，但做家长的都会根据自己的经验，参照周围成功人士的模式，勾画出自己心目中“好孩子”的标准。由《知心姐姐》杂志完成的一项关于“父母与孩子沟通现状”的调查就显示了大多数家长心目中“好孩子”的标准。在问及“您最满意自己孩子哪一点”时，来自全国18个省（自治区、直辖市）的1904名父母回答了这一问题。

其中，满意自己的孩子“有良好的学习习惯”、“学习刻苦认真”、“自觉主动学习”的家长占38.23%；满意自己的孩子“诚实、真诚、守信、拾金不昧”的家长占15.6%；满意自己的孩子“勤快、做家务”的家长占到12.34%；满意自己的孩子“听父母和老师的话”的家长占到11.08%。而满意自己的孩子“有创造力、想象力丰富”的家长占2.68%，排在第18位；满意孩子“有思想、有主见、有独立思考问题的能力”的家长占1.21%，排在第26位；满意自己的孩子“有强烈的好奇心”的家长比例只有1.05%，排在第30位；而看重孩子“能与人合作”的家长在调查中仅有4人，排在倒数第三。

从上述调查可以看出：爱学习、诚实守信以及勤快和听话是绝大多数家长心目中“好孩子”的标准，而独立意识、创新能力、合作交



流等并没有被家长们广泛认同，即是说“好孩子”的标准仍然停留在传统的层面上。而作为“现代人”所应该具备的素质，并没有随着社会的发展与进步而及时在家长的教育观念上得以确立和体现。

父母既然是孩子的第一任老师，就得具备“老师”的资格。尽管所有的父母都爱自己的孩子，但教育的确是门学问，在面对自己的孩子时，我们不得不承认，当我们以为他（她）该懂事了，该承担一点责任了，该知道照顾自己了，该……时，与孩子之间，就会有不愉快，不开心。我们都希望孩子健康快乐地成长，但是我们并不一定知道如何做才最有益于孩子成长。

每个孩子都是一个与众不同的生命个体，父母不要把自己的主观意识强加给孩子，希望把孩子塑造成什么样的人，而要看孩子愿意成为什么样的人。在成长的道路上，父母要告诉孩子，人生不可能是一帆风顺的，成功往往是与艰难困苦、坎坷挫折相伴而来的。我们要像大自然中的野花那样坚韧不拔，更要具有顽强的生命力和朝气蓬勃的精神；在成长的道路上，不要害怕孩子犯错误，每一次跌倒都是一次成长；孩子的身上存在缺点并不可怕，可怕的是作为孩子人生领路人的父母缺乏正确的教育观念和教子方法。

孩子是一朵娇嫩的花儿，成长的道路上需要父母的精心呵护！《好孩子是教出来的》讲述了许多具体的教育方法，更精心选取了许多经典案例，从孩子的视角，让你更多地了解孩子，针对孩子成长过程中的各种问题，给你科学化的教育建议，让每个孩子都能更好地全面发展。

★ 目 录 ★

第一章 好孩子需要良好的教育 / 001

- 一、教育决定未来 / 002
- 二、从“赏识”到“赞美”，给孩子创造快乐的起点 / 016
- 三、抓住孩子智力发展的黄金时期 / 036

第二章 好孩子需要正确的引导 / 061

- 一、如何纠正孩子的坏习惯 / 062
- 二、培养情商，要从小时候开始 / 072

第三章 好孩子需要耐心的培养 / 087

- 一、怎样才能让孩子好好学习、天天向上 / 088
- 二、怎样才能让孩子有志向、品德好、自立自强 / 119
- 三、怎样才能让孩子拥有积极的心态、学会为人处世的方法 / 138

第四章 好孩子需要真诚的对待 / 159

- 一、读懂孩子，做孩子的“知心人” / 160
- 二、语言适当，做孩子的“好榜样” / 173
- 三、交流密码，做孩子最好的“好朋友” / 182
- 四、鼓励孩子，做孩子的“好老师” / 195

第一章

好孩子需要良好的教育

一、教育决定未来

二、从“赏识”到“赞美”，给孩子创造快乐的起点

三、抓住孩子智力发展的黄金时期





一、 教育决定未来

（一）最好的天使也有其独特的问题

当孩子降生到这个世界上时，都是天真而善良的，但他们也都有自己独特的问题。作为家长，我们的角色是帮助孩子去面对他们特有的挑战。我们可以给孩子提供帮助，但却无法帮他们避免具体的问题和挑战。认识到这一点，我们就可以少操一点儿心，不用整天想着怎么去改变他们，或是怎么解决他们的问题。我们可以让孩子就做他们自己，把我们有限的精力用于帮助他们去应对生活的挑战。当家长以一种更放松、更信任的态度看待孩子时，孩子就更容易建立起对自己、对父母以及对未来的信心。

每个孩子都有自己独特的命运。接受这个现实可以让家长更安心、更放松，我们无须为孩子面对的每个问题负责。我们浪费了太多的时间和精力，总是试图去弄明白我们做错了什么，或是孩子应该怎么做，为什么不接受所有的孩子都有问题、麻烦和挑战这个事实呢？家长的工作是帮助孩子面对并成功地处理这些问题。我们要牢记，孩子们有自己要面对的挑战，同时也有自己的天赋，我们无法改变他们。然而，我们要确信给孩子成长的机会，他们就能成为最好的自己。

在遇到挫折的时候，我们可能会怀疑孩子是不是有什么问题。此时，我们需



要记得孩子来自天堂，虽然他们在生活中会遇到问题和挑战，但他们仍以自己的方式完美地存在着。他们的成长不仅需要我们的同情和帮助，也需要那些挑战的磨砺。克服那些特有的障碍，不仅有助于他们获得自己所需要的支持，还能帮助他们发展独特的个性。

对每个孩子来说，健康的成长意味着在生活中总会面临一些挑战。在学习接纳家长和社会给他们设定的限制的过程中，孩子可以学会一些重要的生活技能，比如原谅、延迟满足、接纳、合作、创新、同情、勇敢、坚持、自我纠正、自尊、独立自主以及自我引导。例如：

- 除非有需要原谅的对象，否则孩子就学不会原谅。
- 如果孩子们要什么有什么，他们就不会有耐心，更学不会延迟满足。
- 如果身边的人都很完美，孩子们就无法学会接纳自己的不完美。
- 如果孩子们事事顺心，他们就学不会合作。
- 如果所有的事情都有人为他们做好了，孩子们就学不会创新。
- 如果所有的事情都很简单，孩子们就无法变得坚强而有力量。
- 除非孩子们感觉过痛苦和失去，否则他们就无法学会同情和尊重。
- 除非孩子们身处逆境，否则他们就学不会勇气和乐观。
- 除非孩子们经历过困难、失败或错误，否则他们将无法学会自我纠正。
- 除非孩子们曾经克服障碍达成目标，否则他们就感受不到尊严或者自豪。
- 除非孩子们经历过排挤或拒绝，否则他们就无法培养独立自主的能力。
- 除非孩子们有机会反抗权威，或未曾得到自己想要的，否则他们就无法学会自我引导。

从很多方面来说，挑战和成长的痛苦不仅是不可避免的，同时也是必需的。作为家长，我们的责任不是保护孩子免受生活的挑战，而是要帮助他们成功地战胜挑战，并帮助他们成长，协助孩子应对生活中的挑战和挫折。如果你总是替孩子解决问题，那他们就无法发现自己内在的力量和才华。



生活中的困难以其独特的方式磨炼孩子的心智，并激发他们最大的潜能。蝴蝶破茧而出的时候，要经历痛苦的挣扎。如果你为了让它少受点苦而割开茧，那它很快就会死去。这种挣扎是蝴蝶形成翅膀上的肌肉所必需的。没有这番挣扎，它将永远无法飞翔，甚至会失去生命。同样的道理，为了让孩子们更强壮，在天空中自由翱翔，他们需要一些特别的挑战，还有一些特别的支持。

为了战胜挑战，每一个孩子都需要特别的爱和支持。没有这种支持，他们的问题会被放大和扭曲，有时甚至会引发精神疾病和犯罪。作为家长，我们的责任在于要给予孩子特别的支持，这样他们才能更加强壮，更加健康。如果我们干预了孩子的成长，让成长之路过于顺利，我们实际上是在削弱孩子的力量。但如果我们让孩子的成长过于艰难，又没有提供足够的帮助，其实也会影响他们的成长。没有家长的帮助，孩子无法顺利成长，也无法培养出成功生存所需要的所有技能。

（二）孩子需要正确的培育引导

要帮助孩子发现他们内在的力量，让内在潜能得到更充分的发挥以应对生活的挑战，有 5 条重要的教育原则，下面让我们一起来对这 5 条原则作详细探讨。

1. 与众不同没关系。所有的孩子都是独一无二的，他们自己特别的天赋、挑战和需要。作为家长，我们的责任就是识别出他们的特殊需要并提供帮助。一般来说，男孩子会有一些特殊的需要，而对女孩子来说这些需要就不那么重要。反之亦然。此外，不管是男孩还是女孩，每个孩子都有与自己独特的挑战和天赋有关的特殊需要。

孩子们在学习的方式上也不尽相同，家长们有必要了解这种差异，不然他们会对孩子的功课进行比较，结果引起不必要的挫败和失望。孩子在学习功课时有三种类型：跑步者、步行者和跳跃者。跑步者学得很快；步行者学得很稳，你可



以很清楚地看到他们的进步；最后是跳跃者，抚养跳跃型的孩子会比较辛苦，他们看起来什么都没学进去，没有任何进步，但突然有一天，他们向前跳了一大步，全都学会了。跳跃型的孩子就好像迟开的花朵，他们需要花更多的时间来学习。

父母还需了解孩子的性别不同，对其爱的表达方式也是不同的，这很重要。例如，女孩子通常需要更多的关心，但太多的关心会让男孩子觉得不被信任。男孩子需要更多的信任，但太多的信任会让女孩子觉得你不够关心她。父亲最容易犯的错误是把男孩子的需要给女儿，而母亲最容易犯的错误是把女孩子的需要给儿子。了解男孩和女孩不同的爱的需要，可以帮助父母更好地抚养孩子，此外，还能减少父母对于如何养育孩子方面的争吵。要知道：爸爸来自火星，妈妈来自金星。

2. 犯错误没关系。所有的孩子都会犯错，这很正常，也是我们意料中的事。犯了错并不意味着孩子有什么问题，但如果父母的反应就好像孩子不应该犯错误似的，孩子就不会这么觉得了。犯错误是很自然、很正常的，没什么——这种观念要靠家长的示范，孩子才能明白。当家长愿意承认自己在对待孩子和支持孩子时犯的错误，以及父母之间相处所犯的错误时，孩子才能够最有效地明白这个道理。

当孩子看到父母时常为自己的错误道歉时，他就会逐渐明白要对自己的错误负责。父母要成为孩子的榜样，而不是一味说教。孩子是从榜样身上学习，而不是从说教中学习的。通过不断地原谅父母的错误，孩子不仅从中学会了更有责任心，还逐渐学会了宽恕。

孩子天生就有爱父母的能力，但他们无法爱自己或原谅自己。他们是从父母对待自己的方式，以及当他们犯错误时父母的反应中学会爱自己的。如果孩子没有因为犯错误而受到羞辱或惩罚，那他们就有了很好的机会来学习人生中最重要能力——爱自己以及接纳自己的不完美。



当孩子们反复体验到父母犯了错误却仍然可爱时，就学会了这种能力。羞辱或惩罚对孩子养成爱自己、原谅自己的能力是有妨碍作用的。父母要学会用有效的新方法取代责打、羞辱和惩罚的旧方法，包括用请求取代命令，用奖励取代惩罚，用“暂停”取代责打。“暂停”的方式如果得到长期合理的运用，它的作用与责打、惩罚的效果是一样的。

3. 释放消极情绪没关系。有生气、伤心、恐惧、悲痛、沮丧、失望、担心、尴尬、忌妒、受伤、不安全感、羞愧等消极情绪很正常，它们是孩子成长过程中的重要部分。有消极情绪没关系，但需要释放出来。

父母需要学会创造机会，让孩子们感受并释放内在的消极情绪。尽管表达消极情绪没有关系，但孩子表达消极情绪的方式、时间和地点并非总是恰当的，是需要学习的。另外，你也不要为了避免孩子发脾气而去安抚他，否则，当你没机会让孩子“暂停”，或手边有更紧急的事情需要处理时，孩子就会突然发脾气。

为了让孩子更好地了解自己的情绪，我们必须学习新的沟通技巧并勤加练习，要不然，他们就会失控，挑战你的权威，随意乱发脾气。家长要学会处理自己的情绪，否则孩子会把家长压抑的情绪，连同孩子自己的情绪一起表达出来。这项原则解释了为什么孩子总是会在家长最不方便的时候失控，特别是当我们倍感压力、不堪重负，却努力掩饰自己情绪的时候。

正面积极的养育还包括不让孩子为父母的感觉负责。当孩子得到这样的信息——自己的情绪以及情绪中隐藏的对理解和爱的需求会给父母造成不便时，那他们就会压抑自己的情绪，从而脱离了真实的自我。

聪明的父母知道让孩子认识自己的情绪的重要性，但他们也常常会犯这样的错误，那就是在教孩子感受各种情绪时，过多地与孩子分享自己的情绪。想培养孩子了解自己的情绪，最佳方式是带着同情和理解去聆听孩子的心声，帮他们弄清自己的感觉。家长最好以讲故事的形式和孩子交流消极情绪，还有自己应对挑战时获得成长的感觉。跟孩子讲自己的消极情绪，可能会让孩子背上不该有的思



想负担，孩子会责备自己，以为是自己造成了父母的坏情绪，而无法感觉到自己内心的真实感受。最终，他们会走开，不再跟你交流。

例如，你告诉孩子：“你爬树的时候我很害怕你会掉下来。”这会让孩子感受到消极情绪的操纵和控制。大人应该这样说：“爬树不是很安全，我希望我在的时候你再爬。”这样的说法不仅更有效，而且能让孩子学会不依据消极情绪来做决定。孩子的合作不是为了使父母免于担心，而是因为家长要求他们这么做。

与和孩子分享自己的情绪相比，通过理解、肯定和倾听等方式，家长可以更好地帮助孩子增进对情绪的了解。有时，直接询问孩子感觉如何或是需要什么，可能会给他们太大的权力。我们需要运用新的倾听技巧，让孩子表达自己的感受并理解孩子的需求。“宽容的”家长将学到如何不被孩子的要求和情绪所控制。“严格的”家长会更了解自己是如何以各种方式，在不知不觉中让孩子因消极情绪而受到羞辱的。

通过感受和表达消极情绪的方式，孩子们可以更好地把自己和父母区别开来，逐渐形成强烈的自我意识，发现自己的能力，如创造力、直觉、爱、方向感、信心、快乐、同情心、良知以及犯错之后自我纠正的能力。这些能力能帮他们尽情地展现自己的才华，获得成功和自我实现。而与内在的情绪保持联结，有能力释放消极情绪，是所有这些能力的成因。成功的人也会感觉到失落，但他们很快就能从情绪中脱离出来，因为他们知道如何释放内在的消极情绪；大多数不成功的人要么无法体会自己内心的感受，依据消极情绪做出决定，要么就是沉浸在消极情绪和态度中难以自拔。不管是哪一种情况，他们都无法实现自己的梦想。

4. 要求更多没关系。当孩子想要更多，或是因为没有得到自己想要的而感到不开心的时候，常常被家长批评，孩子从中就会得到这样的信息——我是错的，我是自私的，我被宠坏了。家长太急于让孩子学会感恩，不允许孩子要求更



多。当孩子想要更多时，家长总是很快给予这样的回应：“你要懂得感谢现在你已经拥有的一切。”

孩子们并不知道如何把握提要求的度，我们也不应该期望他们知道。即便是成年人也很难断定要多少才不会显然冒犯，或是太过贪婪，不懂感恩。成年人都很难处理好的事情，期待孩子能够处理得恰如其分显然是不合适的。

正面的养育技巧会帮孩子学会如何用更尊重他人的方式提出自己的要求。同时，家长也要学会如何说“不”，也不用感到歉疚。孩子可以更自由地表达自己的要求，因为他们知道自己不会受到羞辱。同时，他们还会认识到，提要求并不意味着自己的要求一定会被满足。

除非孩子们可以自由地提要求，否则他们永远不会清楚地知道什么可以得到，什么得不到。而且通过争取自己想要的，他们能迅速学会令人难以置信的谈判技巧。大多数成年人都缺乏谈判能力，除非觉得对方的答案会是肯定的，否则都不愿提出要求；一旦遭到拒绝，他们通常也只会被动地接受，或顺从地走开，或者心怀怨恨，更有甚者直接就翻脸。

当孩子可以随意提出要求时，他们争取自己想要的东西的内在力量就会得到迅速发展。长大之后，他们就不会把“拒绝”当作最终答案。他们从儿时就学习谈判，并经常说服你给予他们想要的东西。与哭闹的孩子纠缠和与谈判高手交锋，这两者之间有很大的差别。运用正面养育技巧的家长会在每一次谈判中都居于主导地位，并会对谈判持续的时间设定明确界限。

允许孩子提出更多要求，你就给了他们明确的方向和追求自我生活的力量，这是父母给予孩子的一份重要礼物。今天有太多的女人感到自己无助脆弱，因为她们总是被教导要更关心其他人的需要，如果她们因没有得到自己想要或是需要的而难过，反而会对此感到惭愧。

父母能教给女儿的一个最重要的能力就是大胆提出自己的要求。大多数女性在小时候没有练习的机会，她们不是直截了当地提出自己的要求，而是通过更多



的付出来间接地要求，并希望别人无须她们要求就会给予回报。缺乏直接要求的能力，妨碍了她们在生活及人际关系中获得自己真正想要的。

我们要允许女孩提出更多要求，而男孩需要的是当他们没有得到自己想要的东西的时候，能够得到家长的支持。男孩子常常给自己设定过高的目标，而家长往往害怕孩子达不到目标而失落，会试图说服他放弃追求的目标。但家长并没有认识到练习如何应对失望的情绪比达到目标更重要，只有这样，孩子才能重新振作起来，再次向目标挺进。对女孩子更好的支持是家长要多问问她的想法，而男孩需要的特别支持是帮助他们认清并释放自己的情绪。对男孩子来说，最好的帮助就是询问他们具体的细节，但同时家长要注意的是，不要给他任何建议或“帮助”。甚至太多的同情也要尽量避免，因为这会让他产生逃避的心理，不再和父母谈论所发生的事情。

妈妈们最常犯的错误就是问了太多问题，如果在谈判中处于被动，许多男孩子都会选择避而不谈；如果你给男孩的建议是如何解决问题，那么他们通常会很抵触，他已经感觉很受挫了；如果此时别人告诉他应该怎样解决问题，或是他造成了什么问题，这只会让他感觉更加糟糕。

例如，有一次儿子没考好，他感觉很失望，他的妈妈关切地说：“我觉得如果你少看点电视，花更多的时间学习，一定会考得很好的。你真的很聪明，只是没有给自己机会。”她以为自己是在关心孩子，但在这种情况下，为什么儿子不再告诉妈妈自己的困扰呢？很显然，她的建议不请自来，儿子感觉到的不仅是批评，还有不信任，他觉得妈妈不相信自己能够处理好这件事。

5. 说“不”没关系，但要记住父母才是主导者。家长要允许孩子说“不”，但同样重要的是，孩子们也需要知道家长才有决定权。允许孩子说“不”使他们拥有了真正的权力。大多数家长害怕给孩子这样的权力，因为这很容易宠坏孩子，在现代社会，孩子最大的问题之一就是拥有了太多的自由。父母虽然觉得应该给孩子更多权力，但却没有学会如何保持自己的主导地位。除非他们采用“暂



停”等正面养育的技巧，孩子才会愿意合作，否则他们会变得索求无度、自私、易怒。只有当爸爸妈妈能够保持自己的主导地位时，给孩子更多权力才能够达到效果。

允许孩子说“不”，孩子们就可以更加自如地表达自己的情绪，并发现自己真实的需要，这为他们与家长进一步谈判打开了一扇门。不过这并不意味着你要按照孩子的要求去做。孩子的感觉和要求能够让爸爸妈妈听到，这本身就能够让他们更愿意合作。更重要的是，这让孩子在合作的同时，也无须压抑真实的自我。

调整自己的要求与否认自己的要求之间有很大的区别。调整自己的要求意味着遵从父母的愿望，而暂时放下自己想要的。而否认意味着压抑自己的需要和感觉，屈从于父母的需要，这会瓦解孩子的意志。当马被驯服之后，它会变得顺从合作，但它的自由意志也损失了大半。

对德国纳粹时期的养育过程的分析显示，如果孩子反抗权威，将会受到严厉的羞辱和惩罚。那时的德国家长禁止孩子发出自己的声音。回顾这段历史，我们可以清晰地看到，孩子的意志被摧毁，导致他们盲目跟随强硬而疯狂的独裁者，沦为没有思想的、无情的追随者。如果一个人缺乏强烈的自我意识，那他会很容易成为其他人操纵和虐待的牺牲品，因为他感到自己是没有价值的，也不敢坚持自己的观点。

调整一个人的意愿叫“合作”，而服从一个人的意愿就是“顺从”。正面的养育方法旨在培养具有合作精神的孩子，而不是顺从的孩子。对孩子来说，盲目听从父母的意愿是不健康的。允许孩子感受并说出自己的抵触情绪，不仅有助于孩子发展自我意识，也会使孩子更愿意合作。顺从的孩子只会服从命令，他们不会思考，不会感受，也无法促进事情的发展；而合作型的孩子会全身心地投入到每一次互动中，从而能够更好地成长。

合作型的孩子可能仍然希望得到自己想要的东西，但他们更想让父母高兴。



允许孩子说“不”并不意味着给了他们更多的权力，事实上是给了父母更多的控制权。每次当孩子拒绝而家长仍然维持自己的主导地位时，孩子就会体验到爸爸妈妈才有最终决定权。显然这也是让孩子“暂停”这种行为非常有价值的主要原因。

如果孩子发脾气或拒绝合作，他们不是不愿意配合你，而是无法自控。为了让孩子与父母合作，父母需要把孩子抱起来，把他们放在某个房间，进行一段时间的“暂停”，这可以让家长重新取得控制权。

在“暂停”阶段，孩子可以自由地反抗，并表达自己的各种感觉，但他们必须遵守父母对“暂停”所设定的时间限制。一般来说，每一岁需要一分钟的“暂停”时间。一个4岁的孩子需要“暂停”4分钟。“暂停”可以让孩子重新获得处于你的控制之下的安全感，重新感觉到你是主导者。孩子的消极情绪得以释放，他又愿意让父母高兴和与父母合作了。

有些家长对孩子过于纵容，或没有给孩子足够时间去“暂停”，这会在不知不觉中让孩子丧失安全感。孩子刚开始会觉得自己有了控制权，但是因为他们还没有准备好掌管这一切（尽管他们喜欢权力），他们会不安。想象一下，让你雇200个工人，在6个月内建一幢大楼，或是让你给一个刚刚受了枪伤而血流不止的人做手术取子弹。如果你从没受过这方面的训练，你也会突然觉得非常不安。当孩子开始感觉到这种不安时，他们也会感到有些害怕，觉得自己要求得过度了。

一个索求过度或是“被宠坏”的孩子，通常需要更多的“暂停”时间。一个十几岁的被宠坏的孩子，仅仅是在自己的房间里进行“暂停”可能是不够的。有时在有人监护的情况下到另一种环境中待一段时间，比如在导游的陪同下在森林里住上一段，也可以与孩子最喜欢的叔叔、阿姨或是祖父母一起生活一段时间，这可以帮助十几岁的孩子恢复真实的自我，重新感觉到对父母的管理的需要。