

问题：孩子抗拒吃鱼虾，如果被强迫吃就直接吞，因为食物太大导致干呕，
怎样做才能让孩子接受吃鱼虾呢？

这个问题其实很简单，那就是提高厨艺，做出“即使连这么不爱吃虾的人也停不下嘴”的虾料理呀。

做人要有这么个意识——老天爷把困难放在你面前，你就总是有一个“连这都能搞定，其他更不在话下”的效应可以利用。你就可以把这个困难当作一大类痛点的首席代表来发起进攻。

这样，你在考虑“克服这个困难能获得什么收益”的时候，就很容易看到这不仅仅是解决了这么一个人的这么一件需求，而是解决了比这个人要求更低的一大群人的大量需求。

这样脑袋前面吊着的胡萝卜一下就放大了几十上百倍，自己这头驴也就自然可以嗷嗷叫着往前冲了。

这个就是寻找“最好的困难”的要害——有多少人在为这个困难苦恼？你克服这个困难的过程中积累的经验、技术和工具可以再为多少人服务？

你对这个认识得越深、越确切，你面对困难的斗志自然也越强——因为前头有重赏啊，重赏之下必有勇夫啊。

现在我们来个回马枪——所以，如果你扎扎实实的战胜了抑郁症，那么你这取胜的经验、技术和工具又有多少人可以受益？

谁说你即使战胜了抑郁也只是“回到了普通人的原点”？

你是回到了原点，还背回来两挺能打穿地狱的救苦救难加特林。

一挺一个亿，还美不死你？

编辑于 2023-12-13

<https://www.zhihu.com/answer/3323153968>

评论区：

Q: 回头想想…我个人的抑郁阶段好像不是战胜的，是大学毕业以后饮食作息规律的自然产物[捂脸]买新鲜的牛肉烹饪喂饱自己、打金刚经养生、睡饱饱的，抑郁状态就自己好了[捂脸]如果还有什么的话，就是遇到了答主……最难熬的大学五年都是硬撑过去的[捂脸]这背回来的算救苦救难加特林菩萨嘛？[捂脸]

A: 格洛克吧。

Q: 最近心情有点起伏，遇到了一点事情。但是看到最后一句极具画面感的话还是笑出声了。

更新于 2023/12/14