

最轻松的



王保衡◎著

家教

ZUI QINGSONG DE

心理学

JIAJIAO XINLIXUE



许多家长以自己认为对的方式教育孩子

然而，这种方式真的对吗？教育孩子，首先应该了解孩子心里最真实的想法
将教育与心理学相结合，运用科学的方式进行教育，使孩子在轻松的环境中成长



北京工业大学出版社

最轻松的



王保衡◎著

家教

ZUI QINGSONG DE 心理学

JIAJIAO XINLIXUE



北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

最轻松的家教心理学 / 王保衡著. — 北京: 北京工业大学出版社, 2013. 4

ISBN 978-7-5639-3456-0

I. ①最… II. ①王… III. ①家庭教育—教育心理学
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 045139 号

最轻松的家教心理学

著 者: 王保衡

责任编辑: 常 松

封面设计: 三 川

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 徐水宏远印刷有限公司

开 本: 787 mm × 960 mm 1/16

印 张: 12.25

字 数: 190 千字

版 次: 2013 年 4 月第 1 版

印 次: 2013 年 4 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-3456-0

定 价: 22.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

前言

从教育方面来讲，家长是孩子的第一任老师，也是最好的老师。作为父母，应当担负起教育孩子的重要责任。因为血脉相连的亲密关系，对父母与孩子的沟通活动起到了很好的助力作用。并且，青少年时期是人格发育和培养以及塑造个人品质的最好时期。可以说，这个时期的孩子，就像一张没有染色的白纸，父母涂上什么颜色，孩子就有什么样的人生和未来。

正如人们常说的一句话，“有其父母，必有其子”，其实这并非妄言，而是非常有道理和根据的。美国教育机构就曾做过一项研究调查，结果表明：孩子95%以上的素质，都是由父母和家庭环境所决定的。换言之，父母的素质如何、教育方式和力度如何，都将关系到孩子的个人素质、成长、未来，甚至是一生。

身为孩子的家长，不要以为孩子的成长只是孩子一个人的事情，家长的一言一行，都对孩子有着至关重要的影响。一对各方面都优秀的父母，才能培养出一个优秀的孩子。家庭教育是教育中最基本的单位，而家长就是这个单位里的老师或校长。如果此刻问任何家长一个问题：你希望自己的孩子拥有怎样的人生？得到的答案，想必都会是一样的——希望孩子拥有健康、快乐、幸福的人生。也许一些家长会回答得具体一些：希望孩子成为伟大的科学家、成为明星、成为成功的商人……但实现这些美好期望的前提是，家长要懂得如何教育孩子，为孩子做出哪些付出。

毫无疑问，家长都希望自己的孩子能够健康成长，拥有健康的人生。但是现实家教活动中，很多家长只顾注重孩子的身体健康，却忽视了对孩子心理健康的关注。殊不知，健康的心理素质和人格品质，对于孩子来说更加重

要。要知道，孩子想在这个竞争激烈的社会中得以生存，就必须面对各种困难和挫折，他们必须拥有正确的态度来面对人生，必须在激烈的竞争中谋得生存的希望。这也就意味着，他们将要面临的是意想不到的挫折和失败，因此，没有一个健全的人格，是难以拥有美好的未来的。

而研究证明，孩子最初的行为习惯都是从家长身上学来的，因此，面对难以沟通的孩子，家长要特别重视自己对孩子的影响，时刻为孩子树立正面、健康的良好形象。此外，健康的意义也是不同的，身体上的健康，只要在饮食和生活习惯上多加培养就能轻易做到，然而心理上的健康，才是家长们最应该关注的。要知道，孩子有一个健康的心理，也就代表孩子将会拥有健康的未来和健康的人生。

本书正是通过分析孩子的各种心理问题，为家长解惑，并提出解决办法，从根本上培养孩子，塑造健康的人生。正如著名的教育学家斯特娜夫人所说：“孩子的心就像一块尚未开垦的土地，播种什么样的思想种子，就收获什么样的果实。”由此可见，孩子的命运掌握在家长的手中。所以，在孩子人生的开始，家长们要在这块尚未开垦的土地上，播下健康的行为、品德、思想、习惯的种子，培养孩子优秀的品质，使他们形成健康的心理素质，面对幸福的未来。

本书从“育人育心”的理念着手，让家长了解，从哪方面出发，才能更好地给孩子一个健康的心态，让他们正确面对未来的成功、失败、困难、财富等，培养他们形成积极乐观、自信自强的心态来面对人生，这将比强身健体式的教育更加珍贵。此外，本书一反普通的大讲道理、老生常谈，以轻松、易懂的故事，从各个角度，诠释家庭心理教育的真谛，以精细干练的语言风格，使家长在自我思索中，获得一种适合自己和教育孩子的教育思维，从而使家长轻松、有效地对孩子进行培养、塑造。

爱孩子，就要和孩子一起成长；培养孩子，就要从了解孩子内心着手。希望本书能给予家长一定的启示，帮助家长一起培养孩子，使孩子塑造出健康的人格品质。

在本书编写过程中，刘霞、李营、陈伟伟、杨玉兰、尹亚东、田丽萍、孔德鹏、李姣、刘文婷、陈龙、郭煜荣、佟雪、王伟、王会琢、滕芳等人给予了大力支持——为本书收集了大量的资料，并且提出了许多合理化的建议，在此表示感谢。

目录

第一章 家教中的心理学效应

——为什么说良好的心理会改变孩子的一生

1. 手表定律：每个人都不能有两种不同的行为标准/1
2. 皮格马利翁效应：谎言也能成“真”/4
3. 鲇鱼效应：有竞争才能有动力/7
4. 德西效应：内在兴趣比物质奖励更重要/10
5. 示弱效应：父母要多向自己的孩子“请教”/11
6. 第十名效应：不要对孩子的学习成绩过分苛刻/14
7. 登门槛效应：先提一个较低的要求，这对孩子很重要/16
8. 倒U形假说：适当的压力有助于孩子健康成长/19
9. 南风法则：放下姿态与孩子沟通/22

第二章 家教中的性格心理学

——孩子的暴脾气到底是谁造成的

1. 孩子的性格不同，采取的教育方法亦不同/27
2. 克服忌妒心，培养孩子乐观豁达的性格/30
3. 面对孩子的暴躁脾气，家长该怎样应对/33
4. “主动”是迈向成功的第一步/35
5. 犹豫不决的结果是一事无成/37
6. 今天的事情今天做，让孩子丢掉“拖拉机”/40
7. 说谎对孩子的性格形成有哪些影响/42

第三章 家教中的成长心理学

——不要以为孩子的成长只是孩子一个人的事

1. 不要把自己的兴趣强加在孩子身上/45
2. 怎样帮助孩子甩掉依赖心理/47
3. 让孩子在错误中成长，父母就要正确对待孩子的错误/49
4. 孩子说谎的原因/51

5. 不要以为孩子的成长是孩子一个人的事/53
6. 成长阶段不同, 孩子的情感需求也不同/55
7. 恐惧心理是孩子成长的重要标志/57

第四章 家教中的学习心理学

——为什么你管得越严孩子越不喜欢学习

1. 聪明的家长不要让学习成为孩子的负担/61
2. 让孩子把学习当成一件快乐的事/64
3. 调动孩子学习的“胃口”, 让学习变成一种渴望/66
4. 为什么学习动机太强, 学习效果反而会降低/69
5. 让孩子有一个良好的学习动机/71
6. 培养孩子集中注意力的学习能力/74
7. 家长最不理智的举动: 因孩子的学习成绩而责备孩子/76

第五章 家教中的引导心理学

——家庭教育必须关注心理引导

1. 学会从心理上积极引导“唱反调”的孩子/81
2. 父母一定要及时引导孩子宣泄负面情绪/82
3. 正确引导孩子, 使孩子健康成长/85
4. 怎样引导孩子走出自卑的心理/87
5. 引导孩子进行合理想象——想象是孩子成功的翅膀/90
6. 引导孩子形成正确的失败观, 才能从容面对失败/92
7. 最优秀的人就是你: 引导孩子正确地认识自己/94

第六章 家教中的挫折心理学

——心理免疫力决定孩子的竞争力

1. 当孩子遭遇挫折时, 不要急不可待地冲上去/97
2. 挫折教育就是让孩子受点苦吗/99
3. 只有能够战胜挫折的人才能拥有更美好的明天/102
4. 不让孩子体验挫折就等于是不让孩子见到阳光和雨露/104
5. 一定要教会孩子不为失败找借口/106
6. 要让孩子在哪里跌倒就在哪里爬起来/109

7. 面对挫折，心态是成败的关键/111
8. 挫折必然定律：每个人都要有承受挫折的能力/113

第七章 家教中的赏识心理学

——怎样在表扬的过程中传递父母的爱

1. 让孩子在表扬声中攀登智慧的高峰/117
2. 掌握表扬与批评的方法，培养孩子明辨是非的能力/119
3. 赏识孩子就是满足孩子的成就感/122
4. 在表扬的过程中，让孩子看到自己的与众不同/125
5. 让你的孩子知道，他比别人更优秀/127
6. 自认为了解孩子的父母，其实最不了解孩子/129

第八章 家教中的习惯心理学

——什么样的父母能把孩子培养得出类拔萃

1. 父母经常开“空头支票”，就会让孩子习惯于撒谎/133
2. 绝不能用粗鲁的方式教育孩子懂礼貌/136
3. 帮孩子改掉生活中的坏习惯——坏习惯会让天才变平庸/138
4. 培养孩子养成好习惯——好习惯会让孩子受益一生/141
5. 积极发挥榜样作用：言传身教成就孩子的未来/143
6. 让孩子养成合理安排时间的好习惯/145
7. 毅力是纠正孩子坏习惯的一剂良药/147

第九章 家教中的培养心理学

——为什么孩子会感觉上学是为了父母

1. 在家中为孩子营造最佳的学习氛围/151
2. 怎样激发孩子的好奇心和求知欲/154
3. 以心攻心，端正孩子的学习态度/156
4. 孩子不喜欢老师应该怎么办/158
5. 孩子和朋友发生矛盾时，怎样帮他重拾友谊/161
6. 运用有效的沟通方式，改变孩子的不良行为/164
7. 提高孩子的记忆力，让孩子在未来立于不败之地/166

第十章 家教中的健康心理学

——父母心理健康，孩子的心理才会更健康

1. 千万别让负面情绪影响孩子健康成长/169
2. 夫妻感情不和会对孩子造成怎样的伤害/172
3. 孩子不爱动脑就是“坏”孩子吗/174
4. 孩子乱发脾气时，不妨试试冷处理/177
5. 杜绝不健康的教育方式，孩子的心理才能更健康/179
6. 给孩子选择权，别让他们成为“傀儡娃娃”。/182
7. 孩子的心理健康，身体才能更健康/184

第一章

家教中的心理学效应

——为什么说良好的心理会改变孩子的一生

家教心理学就是研究孩子心理的一门艺术，它存在于孩子成长过程中的每一个阶段。而家长只要掌握了孩子的这些心理，就能对症下药，成功地教育好自己的孩子。

在现实生活中，每一个家长在教育孩子的时候，都会在无意识之中运用到心理学知识。比如，有些家长会用善意的谎言鼓励自己的孩子，其实这就是心理学中皮格马利翁效应在起作用；有些家长会为了孩子能够实现目标，并且不反感，为孩子制定一个较好实现的目标，在目标达成以后，再制定更高的目标，这就是运用了心理学中登门槛效应……家长们虽然能够应用这些心理学效应，但是往往对此却是一知半解，有时候甚至还会用错，从而产生事与愿违的效果。那么，这些心理学效应应该如何应用呢？

1. 手表定律：每个人都不能有两种不同的行为标准

在家庭教育中，一直都有“严父慈母”的说法。人们一直认为一个唱红脸，一个唱白脸，父母这样配合才是教育孩子的好方法。其实，这样的教育方式是不对的。如果家长中有一方很严厉，另一方很温和，就会让孩子选择用不同的态度对待两个人，从而导致孩子错误的价值观以及孩子人格上的缺陷。古代就有“父否母然，子无适从”的说法。意思是说，如果父母对教育孩子持有不同的观点，孩子就会无所适从。

在一片美丽的森林里生活着一群猴子，每天太阳升起来的时候，它们会出去寻找食物，太阳落山的时候就回家休息。

后来，有一个游人在路过森林的时候不小心把自己的手表丢在了森林里，恰巧被一只叫“詹森”的猴子捡到。詹森对这件稀奇的东西很感兴趣，于是

一直研究它。由于它是只聪明的猴子，所以很快就知道了手表的正确用途；由于詹森知道准确的时间，所以每只猴子都来向詹森询问时间。渐渐地，詹森成了这群猴子中的明星，整个猴群的时间都以詹森的时间为准。后来，詹森还被猴子们选为了猴王。

在詹森心目中，是手表给它带来了这样的好运气，于是它没事的时候就去森林里转转，希望能够捡到第二块手表。后来，詹森有了第二块、第三块手表，但是随之而来的还有一件麻烦事：这三块手表显示的时间都不相同，詹森不知道哪一个才是正确的时间。所以，当有猴子来问时间的时候，詹森答不出来，而猴群的作息时间也因此被打乱了。于是，猴子们把詹森推下了猴王的位置。

这就是心理学上著名的手表定律。这个定律告诉我们，每个人都不能有两种不同的行为标准，否则，他的生活会陷入混乱。同样教育孩子也是一样的道理，父母在教育孩子的时候，一定不要持不同的观点，不然就会让孩子形成许多错误的观念。

杰森拿回成绩单的时候很高兴，因为他这次考试考了班里的第一名。回到家的时候，他正好看到在客厅看报的父母，就高兴地把成绩单递给了父亲。但是父亲没有看，只是说：“我不看了，你给我说说考得怎么样。”

詹森很自豪地告诉父亲他考了全班第一，但是，父亲听了以后并没有显示出高兴的样子，而是忽然变得严肃了：“杰森，你这样的态度是不对的，只是考了全班第一就这样骄傲，以后怎么会有进步？等你什么时候考到全年级第一，再来跟我邀功吧。”父亲的这一席话完全浇灭了杰森考试全班第一的兴奋，于是杰森就拿着成绩单回到了自己的卧室。

等到吃饭的时候，妈妈来叫杰森，可杰森却赌气说：“不吃了，我又没考全年级第一，没有资格吃饭。”妈妈知道杰森还在为父亲说他的几句话生气，于是对杰森说：“爸爸这样说是为了提醒你，不要被胜利冲昏头脑，他只是想严格要求你。但是，妈妈觉得你很厉害。”经过妈妈的劝说，杰森终于出来吃饭了。

但是经过这样一件事后，杰森觉得母亲很爱自己，而父亲对自己的爱没有母亲多。于是在那以后，杰森对母亲就格外孝顺，而对父亲则很冷漠。



其实，在日常生活中，这样的现象很常见，而这就说明父母不一致的教育观点会给孩子的身心健康带来很大的伤害。比如：

（1）会让孩子养成双重人格的性格

父母在教育孩子时持有不同的意见，会让孩子不知道该听谁的。而人都有自我保护意识，往往不自觉地就会选择对自己更有利的一种观点。也就是说，谁袒护一个人，这个人就跟谁亲密。如果孩子的父母对孩子也存在这种情况，渐渐地，孩子就会在父母面前形成不同性格——在面对父母中总是偏向自己的那一方时，会显得蛮横无理，而在另一方家长面前就会乖巧可爱。

（2）会降低父母的威信

在孩子心目中，大人的话都是对的，尤其是父母。但是，父母产生冲突、意见不一致的时候，就会破坏父母在孩子心目中的形象，降低父母的威信，从而影响教育的效果。

（3）会让孩子形成错误的世界观

孩子认识世界是通过家长，而当父母双方持有不同的观点时，孩子就会不知道哪一方的观点是正确的，很多时候，孩子跟父母中哪一方关系较好，孩子就会认为关系好的那方的观点是正确的，但其实并不一定，这样就会让孩子形成一些错误的观念。

（4）会影响孩子的心理健康

父母在出现意见不一致的时候，双方可能会进行争辩甚至是争吵。孩子在面对父母的争吵时，往往会感到害怕。如果长期处于这种状态，肯定会影响孩子的心理健康。

那么，父母应该怎样杜绝这种教育方式呢？

首先，父母要保持一致的教育观点，经常互相交流想法，并且不止父母要一致，与其他家人也要保持一致的观点。不要父母一种观点，爷爷奶奶是另外一种观点，这样也会让孩子左右为难，产生矛盾。

其次，要听从孩子的意见，毕竟孩子才是受教育的人。他会对父母的教育方式有自己的想法，认真倾听孩子的意见，会让家庭教育进行得更为轻松。

但是，父母毕竟是两个不同的人，有着不一样的阅历以及思想，所以对孩子的教育存在分歧也是在所难免的。那么，当父母观点不一致时，该怎么

办呢？

（1）在孩子面前不要争吵

即便是对方有错，也不要当着孩子的面指责对方。在孩子面前，父母都有着要维护自己的尊严的想法，所以在孩子面前争吵的时候谁都不会认输，这样往往会让事情变得越来越糟。因此，当孩子在场时，只要父母记得双方共同的目标是孩子健康成长，了解在孩子面前争吵会给孩子带来一定的心理压力，就能避免在孩子面前争吵。彼此的不同意见可以在孩子不在场的时候双方坐下来好好地谈一谈。

（2）父母要树立一致的教育观点

父母要经过认真考虑以后，制定一个统一的教育观点，并且平时父母之间要多交流，在教育孩子的时候，尽量用一致的观点。

（3）征求孩子的意见

很多时候，孩子面对家长灌输给自己的思想，会有自己的想法，所以家长在教育孩子的时候有必要征求孩子的意见，这会让家长发现自己的教育中的不足，以便以后进行改善，而不至于让孩子在自己的教育中形成两种价值观。

2. 皮格马利翁效应：谎言也能成“真”

在古希腊神话中，皮格马利翁是一位国王。他性格孤僻，不喜欢与人交往，所以自己一个人居住。因为无聊，他便学习雕刻，后来用象牙雕出了一个美丽的女人像（这是按照他理想中的女性雕刻的）。慢慢地，他就爱上了自己雕刻的女人像。于是，他便求爱神赐予雕像生命。爱神开始的时候并未答应，但是国王经常去求他，爱神被他的真诚感动，就赐予了这座雕像生命。后来皮格马利翁就娶了这个复活的雕像。于是，人们便把这种因为期望而产生效果的现象叫作皮格马利翁效应。

皮格马利翁效应也可以称为罗森塔尔效应。意思是说，心理暗示会影响人们的行为。换言之，一种积极的心理暗示，很可能就是人们实现梦想的基石。

美国著名心理学家罗森塔尔曾经做过这样一个实验：他在一个小学学校



里对校长说要做一个“未来发展趋势”的小测试，并在参与测试的学生中随机抽出一部分人，并郑重其事地告诉校长以及这些学生的老师，说他们将是以后最优秀的人。

8个月以后，名单上的学生的学习成绩都有了很大的进步，并且其他方面也很优秀。显然，这是因为罗森塔尔的谎言起了作用。这个谎言就像是一句心理暗示，老师们完全相信了，因此会对名单上的学生格外关注与关照。而学生感受到老师的关心，会增强自信，从而使自己变得优秀。

有一天，同住一个宿舍的莉莎、茱莉和露西一起来找强森老师，说：“老师，詹妮今天没值日，我们的宿舍被扣分了。”面对这样的问题，强森老师很是头痛，因为这个詹妮最近好像出了很多的问题。虽然已经找她谈了几次话，但是没什么效果。于是，强森老师便让她们回去了，并告诉她们他会处理这件事的。

在学生们走后，强森老师便对这个宿舍的学生进行了了解。宿舍长乔娜是个内向的女孩，在老师找到她的时候，她竟然露出了要哭的表情。她说：“这件事情我有责任，但是詹妮确实总是不值日，并且与其他同学都不和。”这时候，强森才发现事情的严重性。经过了解，强森发现詹妮在家里是个独生女，一家人很宠她，并且家里条件好，有些高傲。所以，与詹妮同住的女孩子都不愿意和她说话，但是不与詹妮同住的同学却都觉得詹妮很随和。

在与詹妮谈话时，强森发现詹妮对宿舍的女孩都不理自己也很苦恼。对此，强森特意与詹妮的母亲谈了话。通过谈话，强森才了解了事情的真相——詹妮与同一宿舍的莉莎在原来的学校里都是众多同学跟随的对象。来到新的学校以后，两人都不服对方。因为詹妮的高傲，莉莎便笼络了其他舍友来孤立詹妮；因为与舍友相处不融合，詹妮便产生了许多消极的想法，甚至想到了退学。

强森面对这样的事情，首先想到了著名教育家苏霍姆林斯基的话：“和谐的教育，就是发现潜藏在孩子内心的财富。”于是，强森找来了那天来向他报告的三个女生，并对她们夸赞了一番——她们有优秀的组织能力，热爱集体，并且是宽容的好孩子。“詹妮虽然有错，但是你们为什么不能给她一次机会呢？”此外，强森还告诉她们宽容是很好的美德。于是，三个女生渐渐被强森



打动，最后说：“老师，我们会尽力帮助她的。”

从那以后，她们开始对詹妮示好，慢慢地，詹妮变得开朗起来，并且与宿舍其他人也有了交流，以致整个宿舍都变得温馨和谐了。后来，她们都考上了好的大学。毕业的时候，詹妮来找强森，并向强森表示感谢。詹妮说：“如果没有强森老师对莉莎等人的引导，就不会有现在的我。”

其实，强森运用的就是皮格马利翁效应。他暗示莉莎等人有着宽容的优点，并加以引导，让莉莎等人相信自己是宽容的，她们应该宽容詹妮。由此可见，皮格马利翁效应对孩子有着特殊的积极意义，尤其是对那些表现不那么理想的学生而言。

心理学家威廉·詹姆斯曾经说过：“人最深的渴望就是得到别人的赞美，对于孩子来说，别人的鼓励以及称赞，直接影响着孩子今后的发展。”

罗杰·罗尔斯是纽约州第五十三任州长，也是纽约历史上第一位黑人州长。但是，罗尔斯却出生在贫民窟里。在贫民窟出生的孩子，很少能够有一份好的工作。但是，罗尔斯不仅考上了大学，并且还做了州长。在后来说到自己的成功经历时，罗尔斯除了一个名字什么都没有说——皮尔·保罗。

皮尔·保罗是罗尔斯小学时期的校长。校长在任职的时候，发现这所小学里的孩子们整天无所事事，打架、旷课是常事。保罗就想了很多的办法来改正孩子们的这种行为，但是没有一种是有效的。后来，保罗发现这里的孩子们都很迷信，于是他就以为孩子看手相为借口来引导孩子、鼓励孩子。

有一天，当罗尔斯从窗台上跳下来的时候，正好碰到保罗校长。保罗校长对他说：“我看你的手指就知道，以后你一定是纽约州的州长。”听到校长这样说，罗尔斯很是吃惊，因为从小到大，从来没有人说过他长大以后可以成才，听得最多的就是这孩子这么调皮，以后肯定没出息，而校长却说他以后可以做州长。州长这个位置，对他来说是不敢想象的，但是校长的这句话却给了他很大的鼓舞，而罗尔斯也相信了这句话。

于是从那一天开始，罗尔斯就用州长的标准来要求自己。他说话变得文明起来，衣着也变得整洁了。渐渐地，他成了班里的好学生。终于，在罗尔斯 51 岁的时候，他成为纽约州的州长。

这是一个很典型的皮格马利翁效应的事例。在现实生活中，人们通过研



究发现，所有犯罪的未成年人中，小时候被人称为坏孩子的占大多数。从小被这种消极的期望引导，孩子很自然地就会走上坏孩子的道路。皮格马利翁效应说明，每一个孩子都能成功，而这个孩子能否成功的关键就是家长能否像对待天才一样对待孩子。信念值多少钱？这是一个无法估量的价值，并且它也可以很不值钱。有时候，人的信念就是一个谎言，但是当你坚持下去的时候，信念就是无价之宝，是成功的基石。因此，家长为了孩子的将来，不妨给孩子一个善意的谎言，也许这个善意的谎言真的能够成真。

3. 鲑鱼效应：有竞争才能有动力

现在很多孩子都懒散且软弱，经不起一点挫折。其实，这都是父母过分保护的结果。舒适的环境会让孩子失去竞争的激情，但是当孩子走向社会，由于不懂竞争而被淘汰的时候，家长往往会后悔莫及。

如今是一个充满竞争的社会，一个没有竞争意识的人是很难在这个社会上立足的，所以家长要从小培养孩子的竞争意识。

挪威人喜欢吃沙丁鱼，所以很多挪威人以捕沙丁鱼为生。但是，由于渔船出海时间长，等到回到岸上的时候，沙丁鱼往往都死了。所以，人们一直在寻找能让沙丁鱼活着回到岸上的方法，但是所有人都失败了。

在挪威的一个以产沙丁鱼而闻名的小镇上，有一个老渔民，每次出海的时候收获颇丰，但就是不能带着活的沙丁鱼回到岸上。有一次，他像往常一样打到了很多的鱼，因此很高兴地返航。但是在途中，他很快就发现沙丁鱼不再有活力，都一动不动地趴在水里。老渔民心里着急，但是又没有其他的办法，只能像以前一样把死去的鱼挑出来。这时候，老渔民看见旁边鱼池中的鲑鱼也不动了，以为是死了，想把它拿出来与其他死鱼放在一起。但是他刚刚捡起来，鲑鱼却突然一跳，跳进了沙丁鱼的鱼池。由于鲑鱼是沙丁鱼的天敌，因此老渔民想把鲑鱼拿出来，但是鲑鱼在这个鱼池里异常活跃，他怎么也抓不到。老渔民没办法，只有让鲑鱼继续留在沙丁鱼池中。

当老渔民回到岸上的时候，他惊奇地发现那些原来认为肯定已经死了的沙丁鱼，依旧活蹦乱跳。因此，人们渐渐知道了把沙丁鱼活着带回来的方法。

鲑鱼是沙丁鱼的天敌，鱼池里多了这条鲑鱼以后，沙丁鱼为了保命就拼