

内驱力的虚幻

五十二章学习包

王德生著作配套·德麦国际专著第 378 卷

怎样使用

每章先回答一个问题，再带问阅读。读后记录修改及依据，允许保留反对。下面的任务是配套学习设计，不是作者正文，不设赞同作者即可得分的标准答案。

把初答、复答、模型建议与本人修订分开；实践计划不是效果，读者自报不是独立验证。在线档案保存在当前浏览器，请自行导出备份。

第一章 从主动行动到拥有内驱力

先答

一次主动完成任务，能否证明存在独立内驱力？把观察事实与原因解释分别写出。

带问阅读

本章重点：描述怎样变成解释；从属性退回发生现场；稳定并不意味着自存；循环解释怎样进入日常判断；主动性的边界比主动性的标签更重要；从行为归纳到属性假说需要多走一步；必要条件与充分解释；一个反事实比较的用途与限制；三种看似相同的主动；把主动当作原因，会改变帮助的对象；从属性解释走向属性发生。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-01/>

第二章 动力仓库的想象

先答

把“他有尚未释放的潜能”改写成一个能够接受反例的判断。需要哪些材料？

带问阅读

本章重点：一个方便的比喻；潜能怎样成为解释豁免；资源消耗与解释失败；能力、资源与动力不能互相代称；为什么仓库比喻使失败难以讨论；保留比喻，撤回本体承诺；把能力保存与动力储存分开；潜在能力并非无需验证的承诺；消耗比喻的有限价值；“尚未使用”与“尚未发生”之间的差别；仓库模型为什么容易形成道德化归责；从补充力量转向重组条件，不等于忽视身体。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-02/>

第三章 自我世界为何被理解为内部

先答

回忆一种“突然想做”的体验。哪些条件在体验中不显眼，却可能参与其发生？

带问阅读

本章重点：体验归属与来源判断；背景隐退的作用；内部意识也有发生史；第一人称的直接性与因果知识的间接性；熟练怎样制造无需条件的外观；内部感不是需要清除的错误感觉；自我体验中的近与远；一次“突然想通”的两种叙述。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-03/>

第四章 内外二分的解释困境

先答

一个人既喜欢工作又需要收入。内外二分遗漏了哪些可以调查的变化？

带问阅读

本章重点：同一行动中的多种理由；内化仍然需要发生学；以三界代替空间拼图；奖励的来源分类不能穷尽它的作用；“真正喜欢”为什么不是终审标准；三界分析不会消除边界；一个要求怎样成为“我的要求”；理由之间可以相互改变。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-04/>

第五章 一个不能独立成立的起点

先答

比较“先做一个小动作”与“内部动力是绝对起点”。两者分别作了什么承诺？

带问阅读

本章重点：先想做还是先做；研究入口不等于本体起点；实践起步需要足够具体；相互依赖为何不造成无法开始；一个入口需要哪些理由；“不能独立出发”并不否定承诺；起点有时间、方法与构成三种含义；没有绝对起点，仍有当前可做之事；责任从有限入口开始；“从我出发”的实践意义与本体限度；解释的相互性与行动的不对称。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-05/>

第六章 同一次行动中的三界

先答

选一次写作或学习，在同一事件中辨认三界；再说明为何不能把三界对应为 S、D、E。

带问阅读

本章重点：写作不是从一个念头单向流出；三界各有 SDE；三界的区分必须在同一材料上展开；互相纠缠与单向决定的区别；构成参与与因果帮助不是同一件事；一个虚构的研究室：相同动作为什么不是同一动力；分析尺度改变时怎样保持三界清楚；一次合奏排练中的三界；每一界都具有完整的三维分析；同一改善可以具有不同解释。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-06/>

第七章 理念中的问题怎样获得动力

先答

一个数学问题或理论矛盾怎样改变了你的下一次提问？请给出前后问题的具体区别。

带问阅读

本章重点：已经知道与尚未能够解释；理念为何不能独自运行；问题并非只由不满意构成；发现新问题与扩大问题数量不同；理念张力必须能够改变一个判断；一个概念修改如何产生后续问题；理念的自主性应该怎样理解；尚未解决的张力可以暂时保留；一个数学问题如何改变研究者的愿望；问题价值不是由难度单独赋予；新颖感与理念发生需要区分；问题的吸引力从哪里来；一个答案怎样产生新的困难。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-07/>

第八章 现实动力不等于现实奖励

先答

没有销售收入，却完成了可核查的稿件。分别判断现实产出、回报与动力的证据。

带问阅读

本章重点：做成一小步怎样改变下一步；回报滞后的判断；现实反馈可以出现，也可以尚未形成；成本不是对理念的否决，也不是可以忽略的背景；现实阻力并不总是有益的检验；从失败对象到判断对象的转换；反馈不是越及时越好；尚无回报时仍能形成哪些现实知识；一件工具从存在到可用；现实成果怎样改变原先目标；失败结果的使用条件；现实中的限制也会形成方向；没有改变环境却改变了现实关系。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-08/>

第九章 自我动力的真实与非独立性

先答

减少自我证明要求，怎样仍保留自我认同与责任？提出一个可能失败的调整。

带问阅读

本章重点：成为我的事情；减少某类发生不是取消自我；主体性可以通过关系获得更清楚的形式；自我要求怎样变得无处不在；自我并非在每次发生之前已经完整定型；自我连续性怎样在变化中保留；拒绝也可能是主体参与的形式；自我解释的改变为何可能失败；被看见与必须被认可；自我叙事如何进入下一次选择；自我变化不是单独的内心工程。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-09/>

第十章 侧重与不同步

先答

理念推进很快而读者反馈很慢，应该改变哪项期待？哪些检验不能因此取消？

带问阅读

本章重点：三界并不总以同样速度变化；侧重转换如何发生；不同步需要哪些观察尺度；侧重转换不能只靠通知完成；速度冲突怎样转化为人格问题；不同步不意味着总要等待最慢的一界；侧重转换的具体信号；不同界的成功不能互相赎免；共同过程中的三种时间；如何辨认等待与停滞；侧重变化应当在评价中留下痕迹。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-10/>

第十一章 动力三原理的对称展开

先答

用同一事件写出两维张力、第三维改变与回写。若没有发生改变，应怎样记录？

带问阅读

本章重点：两维张力与第三维改变；矛盾不是自动保证；第一种相位：既有纠缠不能容纳实际差异；第二种相位：显露要求与既有纠缠不相容；第三种相位：已有显露与差异运行持续冲突；张力不是随处贴上的冲突标签；第三维改变可能改变原先两项要求的含义；阻断与伪回写；稳定运行中的动力问题；从张力记录到机制说明；第三维改变为何不只是一项补救；三种相位不是三段固定剧情；延迟回写与局部回写；回写失败可以成为新的研究对象；一份退回的设计方案；为什么方案获批还不是充分证据。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-11/>

第十二章 三方程与解释约束

先答

$S=F(D,E)$ 能否直接计算行动意愿？说明一个具体研究必须补充的变量与范围。

带问阅读

本章重点：显露不能独自解释自己；方程不是现成的数值模型；同时规定不等于同时测量；函数符号保留的空白；从相关变化到机制解释；结构式不能替代构成论证；变量边界怎样影响结论；同一结果可能具有不同发生史；解释的停止应当有理由；一个仅用于逻辑说明的条件模型；函数形式与发生新规定之间的边界；多对一映射限制逆向解释；相互依赖不等于逻辑循环证明；有限模型何时应被放下；方程中的相互规定不等于经验中的同时发生；函数关系需要说明所讨论的范围。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-12/>

第十三章 六路径与具体介入

先答

选择一个受阻事件，比较两条不同探索路径。什么材料使你改变进入次序？

带问阅读

本章重点：六种进入次序；选择路径的理由；同一个写作困难的六种安排；路径切换应留下理由；路径不是风险等级相同的菜单；选择路径之前先说明未知在哪里；同一路径的不同尺度；路径何时应当中止；技术有效性不能只用符合名称判断；六路径的比较要保持同一任务；路径中的先后不抹去同步参与；六路径各自容易发生的误用；一个路径切换的详细例子；路径选择是一种承担；同一困难的六种进入方式；路径选择为何会失败。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-13/>

第十四章 一次动力发生的完整解剖

先答

追踪一次从激励到行动的过程：哪一步是实际改变，哪一步只是解释变化？

带问阅读

本章重点：从反复承诺到具体记录；张力与回写；失败时返回哪里；小岚案例的三界分别怎样展开；成功、部分成功与失败要分开记录；如果最初解释错了；案例中的一次错误转向；三个分支不能被写成同一个成功故事；帮助者也进入发生；案例结尾可以是不确定；小岚的文章怎样从主题变成问题；从资料充足到证据适合；一个没有成功结尾的中间版本；行动结果与发生结果；没有继续的案例同样需要保存。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-14/>

第十五章 防止方法论成为新口号

先答

如果每次失败都被解释为纠缠不够，方法还剩下什么检验可能？改写这个判断。

带问阅读

本章重点：名称不能替代差异；理论也接受同样的追问；留下可以被推翻的部分；解释之后能否作出不同判断；失败归因也要接受约束；理论自我约束是一种实践内容；术语增加可能提高误认成本；方法忠诚与问题忠诚；一项自我检查；让理论有能力承认不知道；方法使用的四种证据身份；不把理论的完整性转嫁给使用者；让成功也接受追问；让概念接受普通语言的追问；方法不能成为新的资格审查。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-15/>

第十六章 第一次点火为何令人信服

先答

一次鼓舞之后立即感到振奋，能否说明行动条件已经改变？设计一次后续核查。

带问阅读

本章重点：振奋确实可能打开行动；当时的感觉与后续的过程；第一次鼓舞往往带来多个变化；希望与保证之间的一步；有效的鼓励应允许退出错误解释；构造案例：一次报名怎样被误读为全部问题解决；成功叙述怎样遮住尚未形成的部分；从鼓舞的成效转向帮助的可兑现性；现场有效与离场有效；参与者的积极报告能够证明什么；鼓舞怎样成为可携带的发生条件。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-16/>

第十七章 反复点火为何逐渐失效

先答

同一句鼓励在第五次为何可能不同于第一次？给出历史进入当下的具体环节。

带问阅读

本章重点：同一句话已经不是同一次发生；强度升级与问题保持；失效不能仅凭感受减弱判断；重复落空怎样改变语言的意义；“点不起来”可能包含不同结局；中断循环不只是停止说话；构造案例：四轮动员的不同发生；历史怎样成为当前的组成部分；重建应当从哪一轮重新开始；点不起来之后并非只剩退出；反复点火可能改变信任结构；为什么更强承诺可能产生更少信息；失效之后的第一次诚实报告；对帮助者自身动力的分析；三次相同动员的不同意义；重新启动不能只靠更诚恳的讲话。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-17/>

第十八章 完成事情之外的动机审判

先答

任务已经完成，但负责人仍要求表现热爱。新增了什么评价对象与责任？

带问阅读

本章重点：为什么勉强完成也不被承认；反思何时变成监视；动机纯洁性的要求为何难以满足；评价应当问到什么程度；让反思回到它能够服务的对象；构造案例：完成了工作却仍被要求解释热爱；真诚不能由表现风格直接读取；动机审判怎样生成额外劳动；如何保留对参与意愿的合理询问；谁拥有解释动机的权力；动机评价需要承担举证责任；情绪展示怎样挤占任务内容。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-18/>

第十九章 从一件事没做成到整个人不行

先答

把“这件事没做好，所以我不行”的推论逐步拆开。哪一步超出了证据？

带问阅读

本章重点：判断范围怎样扩大；自我否定怎样改变后续过程；失败判断的范围怎样扩张；归责的变化应当怎样核对；承担与自责之间的实际区别；构造案例：一次退稿的四种解释；收缩解释范围并非替作品开脱；从自责转向责任的三个动作；当外部评价确实具有羞辱性；负面总体判断与正面总体判断共享的缺陷；一次失败怎样被连到全部历史；对错误的承担可以不以自我惩罚为前提。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-19/>

第二十章 焦虑与精神困境中的解释作用

先答

怎样区分自责话语是困境的结果、维持因素或起源因素？列出需要的时间材料。

带问阅读

本章重点：一项有限而重要的主张；理论关怀与经验责任；从理论批判到因果主张还需要材料；怎样研究一种解释的具体作用；解释责任与治疗责任不能混为一谈；精神困境叙述中的一个认识风险；区分解释的内容与解释的使用方式；改变解释之后应当观察哪些差异；不将痛苦浪漫化为发生动力；把因果问题写成可以失败的命题；三种不同的时间问题；理论叙述不应替具体人决定原因；从理论批判到个体解释之间仍有距离；解释方式本身也是可观察对象。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-20/>

第二十一章 动力并非越多越好

先答

选择一种过强的动力要求。减少它可能改善什么，又可能损害什么？

带问阅读

本章重点：多个要求怎样彼此挤压；调节需要对象；强烈并不是一种完整的动力描述；总量比喻遮蔽了怎样的选择；调节的评价需要考虑代价；一个无法同时最大化的工作日；愿望之间的联系也可以被重建；动力质量不能只看持续长度；调节从辨认相互挤压的要求开始；工作量、愿望强度与发生质量；为有限性安排正面位置；不同方向的动力可能互相妨碍；强度之外还需要方向与承接。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-21/>

第二十二章 减少某类自我动力发生

先答

将“减少自我动力”改写成一项有对象、有范围、有观察条件的调整。

带问阅读

本章重点：从总量命令转向具体重组；减少之后仍要观察；先确定需要减少的发生单元；减少必须形成新的可用规定；如果减少之后行动下降；构造案例：从每日自我证明转向阶段承担；为什么这一安排仍可能失效；保留对认可的愿望；减少不是退出责任关系；减少自我动力发生的三个不同对象；一个阶段安排的具体推演；怎样判断减少是否变成回避；在关系中减少，而非独自承受减少；减少自我动力与放弃责任的分界；如何知道减少确实发生了。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-22/>

第二十三章 理念强劲时让现实逐步展开

先答

一个理念项目不断扩大，现实校核跟不上。如何限定当前可承担的工作单元？

带问阅读

本章重点：一项新思想不是全部实现；阶段目标怎样保持诚实；理念展开与现实完成之间有多种距离；阶段完成应该有可见对象；不把现实变成单纯执行部门；从思想轮廓到可审阅书稿的四个对象；现实承接不是照着理念复制；给现实过程足够空间；一部书从新观点到可用文本的纵向过程；阶段目标如何避免两种极端；让现实展开保留反向改变的权利。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-23/>

第二十四章 停下来与换方向

先答

何时暂停是有依据的改变，何时是回避？提出双方都可能接受的观察标准。

带问阅读

本章重点：停止有不同含义；转换中的连续性；暂停需要说明保留了什么；退出一个目标可以保留更深的承担；转向不应抹去历史；暂停之后的三种观察；沉没投入不能单独决定继续；向他人说明转向；停止的代价需要被看见；继续的代价同样需要核对；结束一个形式，保留一个问题。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-24/>

第二十五章 新的继续怎样发生

先答

新的继续与旧模式重启有什么不同？写出必须在后续出现的一项变化。

带问阅读

本章重点：再生不等于找回原样；持续需要再次检验；新的继续需要容纳普通状态；迁移能力怎样避免重新成为内部仓库；再生也包含对旧成功的修订；再生的起点可能是一项更小的承诺；新方式怎样接受困难检验；新的继续也允许结束；再生的早期征象可能很普通；新发生不必重建过去的自我形象；再生的稳定性来自能够再修订；继续之后还要保留修订条件。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-25/>

第二十六章 孩子为什么不想学

先答

孩子不想学习可能有多个解释。提出两个竞争解释，以及能区分它们的材料。

带问阅读

本章重点：先确认不想学的对象；改变发生而非只改变劝说；学习困难与拒绝处境不能混成一种现象；小禾案例中的评价次序；儿童的自述应当怎样进入判断；同样的不交作业，可能是不同问题；学习的意义可以在活动中变化；教师的判断也需要回写；一道几何题的发生过程；为什么一次示范不等于能力已经迁移；学生的错误怎样成为共同材料；一道题在三个场合中变成了不同任务；错误可以承担不同的关系后果；从家庭争执中辨认被遗漏的问题。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-26/>

第二十七章 课堂与家庭怎样参与点火

先答

家庭鼓励与课堂评价冲突时，谁应改变什么？避免把全部责任交给孩子。

带问阅读

本章重点：善意如何形成共同压力；选择权与奖励的具体作用；家校一致并不自动等于解释正确；奖励与选择需要看其实际规定；困难报告应产生实际回应；家庭计划表的两种用途；让规则能够承认错误估计；家校合作需要避免重复加码；家庭与课堂的要求如何在孩子那里相遇；一次家校沟通可以怎样改变解释；让孩子参与规则修订；两套评价标准如何形成无解承诺；鼓励如何保持具体。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-27/>

第二十八章 工作积极性与组织过程

先答

员工被要求主动，却没有权限或资源。把态度评价改写为组织过程调查。

带问阅读

本章重点：动员会议之后发生了什么；让结果回到规则；工作动力不能与劳动强度互相代称；权限与责任的错配怎样改变自我发生；复盘不能只有成员表态；构造案例：积极团队为何反复返工；组织学习需要让规则受影响；不能把所有责任都归给结构；构造案例：一个不断追加功能的项目；过程透明为什么可能先暴露更多问题；个人责任在新规则中更清楚；当积极性指标改变了工作对象；不能把制度解释变成个人免责。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-28/>

第二十九章 长期研究与创造

先答

长期研究进入停滞时，怎样区分问题已解决、方法失效与暂缺材料？

带问阅读

本章重点：热爱怎样在失败中变化；工具参与而不替代承担；创造的未知不等于无条件坚持；热爱问题与保护答案的区别；创作中的评价需要分阶段；一个反例怎样改变研究身份；研究中的耐心需要明确对象；作品完成之后仍可能需要重新学习；创作中的角色可能反过来改变作者；对作品的热爱不等于保护每个旧段落；长期创造的节奏包含多种工作；长期创作中的不均匀推进；对作品的忠诚可以要求改变原计划；暂停期间仍然可能存在工作关系。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-29/>

第三十章 多人共同事业的动力

先答

同一事业中各人的期待不同。怎样记录责任与回报，而不把共识当作既成事实？

带问阅读

本章重点：积极个人为何组成停滞集体；共同动力需要可修订的承诺；共同目标需要可共享的含义；贡献确认与实际工作相互影响；协作中的退出与修订；共同事业中的不同动力不必统一成一种感受；分歧怎样形成第三种安排；共同动力的维持需要信息能够返回；多人共同判断不等于把意见求平均；决定规则也属于发生条件；共同成果与个人意义可以不同；共同事业并不拥有一个共同内心；分歧何时能够成为推进条件；离开也应当具有可讨论的形式。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-30/>

第三十一章 AI 改变了哪些发生条件

先答

AI 使提纲生成更快之后，人的判断任务如何变化？指出一种速度增加却质量下降的机制。

带问阅读

本章重点：从想法到样本的距离缩短；更容易开始与更难收束；输出的三个身份；判断负担可能重新分布；工具参与不取消作者的判断责任；人与工具之间的判断不能只看最后署名；让工具制造分歧而非只制造赞同；自动化之后还剩哪些承担；一段生成文字如何改变下一次提问；接受建议本身就是一种工作；工具失误如何进入下一轮发生。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-31/>

第三十二章 快速输出之后的停滞

先答

二十份草稿形成后，下一步是否仍是继续生成？建立一个可撤回的取舍标准。

带问阅读

本章重点：输出与进展的区别；让工具承担可核验任务；版本差异怎样成为研究材料；停滞可能被丰富表达掩盖；让不足准确显露；一份长稿怎样仍然没有完成论证；机械达标会改变书稿的真实身份；如何判断新文字确实增加内容；快速输出之后任务发生了变换；未完成事项不是简单的数量；为停止生成建立正当位置。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-32/>

第三十三章 持续出版的理念侧重

先答

怎样研究三部作品间的理念发生链？书名相近、作者自述和文本回写各能证明什么？

带问阅读

本章重点：从数量记录进入过程研究；现实与自我的参与；数量统计应当先明确单位；理念侧重的证据应进入作品之间；作者自述与机制研究的关系；持续出版的研究可以选择一条作品链；出版频率不能独自回答质量问题；高产之后的维护属于同一事业；出版数量可以回答什么问题；理念的展开为何会要求多本书；没有回报与没有现实动力。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-33/>

第三十四章 回报尚未形成时怎样调节

先答

回报未形成时，哪些承诺应缩小，哪些现实验证应增加？写出各自理由。

带问阅读

本章重点：没有兑现不等于没有发生；不把回报要求全部取消；回报不足包含多种问题；减少即时认可要求如何进入安排；等待不能替代验证；不同回报有不同接受者；现实验证可以先围绕一个小用途展开；自我期待需要接受反馈的不同节奏；等待反馈时应当维持什么；减少承诺的具体形式；不用市场结果裁定全部意义。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-34/>

第三十五章 出版如何进入继续发生

先答

设计一次出版后的真实反馈：把理解、赞同和实践作用分别收集。

带问阅读

本章重点：书籍不是发生的终点；从读者意见回到理论；阅读反馈应当区分理解与赞同；学习材料需要制造真实差异；出版后的修订怎样反馈给读者；读者的误解也有不同类型；智能问答需要保留原书的边界；修订使出版具有时间深度；一本书完成之后并没有离开发生过程；修订记录作为动力关系的证据；让作品重新进入共同问题。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-35/>

第三十六章 准确辨认内在动机理论

先答

按照原典重述内在动机概念，再指出本书批判对象；二者哪些部分不能混同？

带问阅读

本章重点：不让标题替代文献阅读；争论应落到共同问题；保留对方的有效发现；批判应当区分定义与解释承诺；相同建议可能来自不同解释；本体论分歧与经验共同点可以并存；先提出对方可能接受的问题；术语翻译不能制造虚假的一致或冲突；本体论批判的实际落点；四种不同的内部含义；批判应当准确落在推断上；理论对话中的共同问题。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-36/>

第三十七章 SDE 需要增加什么解释

先答

如果传统理论也强调关系与过程，SDE 必须增加哪项解释才构成实质推进？

带问阅读

本章重点：与简单解释比较；实践增量如何辨认；不可替代性不能靠宣言；解释增量需要一个比较基线；预测差异比事后完整更有约束；实践价值也包含避免错误行动；一个可以区分解释的构造比较；理论何时应当承认没有显示增量；实践简化与理论深化可以并存；三界框架必须付出的解释成本；解释增量应当落在何处；最小而充分的分析边界。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-37/>

第三十八章 必须认真面对的反例

先答

构造一个最不利于三界非独立性主张的案例，并说明它是否真的构成反例。

带问阅读

本章重点：独处仍然创造；没有奖励仍然坚持；说不清理念仍然行动；不愿意却保持习惯；相信内驱力却没有困境；什么样的反例真正构成压力；习惯与惯性带来的挑战；有效内驱力语言为什么可能存在；一个较强的内源反驳；另一种反驳：三界是否只是重新描述；保留最不利案例；无人监督时仍然行动；突然出现的兴趣；条件改善之后仍然没有行动；承认个体差异而不返回实体仓库。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-38/>

第三十九章 怎样研究一次动力发生

先答

为一次动力发生设计过程记录：先登记解释，再登记会迫使你修改解释的结果。

带问阅读

本章重点：界定对象与时间；过程证据与替代解释；介入与修订；建立不混淆材料与解释的记录；比较需要尊重现实差异；研究参与者不应承担证明理论的义务；保留理论失败的版本；从研究问题到材料方案；时间链条中的缺口；没有结果的介入也能产生知识；数据之外还有解释责任；研究者也进入发生过程；哪些结果需要修改本书判断。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-39/>

第四十章 动力发生的实践复盘

先答

完成一次复盘，只保留一项可以执行的改变，并记录停止复盘的条件。

带问阅读

本章重点：把问题写成能够检查的句子；从完整方法论形成候选改变；复盘也会改变对象；一次复盘怎样从材料进入改变；复盘的停止条件；把成果命名为它实际达到的状态；复盘中的三个容易跳过的判断；一次有限改变怎样形成可读记录；复盘不应变成新的完成障碍；最后一次自我点火也不是必要条件；复盘从事件开始；六路径不是六种万能处方；复盘结束于可辨认的改变；从解释权回到共同承担。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-40/>

第四十一章 与行为主义对话 后果如何成为动力条件

先答

奖励提高完成率后，怎样判断它改变了行动条件，还是只维持表面行为？

带问阅读

本章重点：对话从反对内部小人开始；一个读书积分制度的完整过程；三原理如何进入后果分析；功能解释与构成解释的距离；奖励取消之后发生什么；自我奖励是否仍然属于关系过程；对不停点火的共同批判与剩余分歧；一场可以改变结论的比较；从行为后果返回出版实践；怎样区分维持行为与改变动力发生；同样的完成率为什么可能意味着相反的变化；对行为技术的批判不能取消行动设计。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-41/>

第四十二章 与心理动力学对话 未被意识到的动力如何发生

先答

重复回避投稿，是否足以推断无意识冲突？提出其他解释及区分材料。

带问阅读

本章重点：不把当代心理动力学缩成欲望油箱；一位总在投稿前改题的作者；回避具有功能不等于回避具有最终目的；过去不是藏在内部的完整剧本；被理解之后为什么仍然没有改变；关系中的重复不是两个人格的简单相撞；三界不可分离与解释权的不对称；对内驱力语言的更深修正；一个反向案例；从洞察到新的发生；历史怎样在当下重新获得作用；解释被接受不等于解释获得证实；无意识不能成为新的内部发动机；减少自我动力发生不等于压抑表达。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-42/>

第四十三章 与人本主义对话 成长是展开还是发生

先答

支持与接纳之后出现成长，怎样区分既有潜能展开与新规定性发生？

带问阅读

本章重点：尊重人的经验不等于预设完整内核；一个学生第一次发现研究问题；接纳如何改变可表达的材料；真正的自己是否已经在等待；成长的方向由谁决定；当支持没有带来预期变化；自我动力减少与自我尊重；一个不以赞美结束的对话；被理解之后仍然不行动的情况；潜能一词的两种用法；真诚也有情境与责任；成长不能只按产出理解。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-43/>

第四十四章 与认知行为取向对话 想法改变 与世界改变

先答

没有收到回复时，怎样同时检查过度概括与真实关系障碍？

带问阅读

本章重点：先纠正一个常见误读；未被回复的信息；改变想法并不等于否认现实；行为尝试检验的究竟是什么；信念是固定程序还是可变规定；真实障碍与判断偏差可以同时存在；认知工作也可能成为新的点火；对话的研究方向；一项行为实验究竟检验什么；合理担忧与过度概括可以同时存在；认知记录何时成为新的点火装置；改变解释与改变制度的先后关系。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-44/>

第四十五章 与自我决定理论对话 自主为何不等于自足

先答

志愿者愿意归档却不喜欢整理文件。自主、内在动机与独自承担有什么区别？

带问阅读

本章重点：最接近书名的理论必须最准确地对待；愿意遵守一项规则；内化不是把外部东西搬进内部；支持条件为何不是外部装饰；三种需要与三界不能机械对应；对基本需要普遍性的追问；控制可以借用自主的语言；不喜欢仍然可以负责地行动；当兴趣成为职业要求；对话中的可检验分歧；自主的发生学重述；自主支持不能被简化为多给选项；内化之后为什么仍然需要现实支持；不愉快的行动是否具有充分动力；普遍需要与具体发生之间的解释距离；自我决定理论向本书提出的反问。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-45/>

第四十六章 与社会认知理论对话 能动性并非孤立发动机

先答

我能做到的信心、代理能动性与实际能力如何区分？提出一个工具使用案例。

带问阅读

本章重点：承认一个真正接近的解释；我能做到中的任务边界；一次练习如何改变三个世界；代理能动性与工具封装；集体信心与集体能力的区别；自我调节不是一个内在管理员；对互惠作用的进一步追问；一个能够反驳过强主张的案例；能动性在有限位置上成立；能做到与值得做是两个问题；集体能动性不能由信心相加得到；代理行动中的责任不能消失；自我调节不是一个内部小人发号施令。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-46/>

第四十七章 与 ACT 对话 不必先点燃一种正确心情

先答

不等待正确心情就行动，与强迫自己无限忍受有什么区别？明确行动边界。

带问阅读

本章重点：改变与念头的关系；等待充分愿意的写作者；念头不是命令也不是废物；价值不能成为更高强度的命令；接纳不等于同意现有安排；情境中的自我与自我世界；从小行动到回写；一个失败的尝试；对话的共同边界；愿意承受不适不等于无限承受；价值澄清也可能成为延迟行动；从念头中松动出来之后还需要做什么；灵活性如何避免成为新的绩效要求。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-47/>

第四十八章 与积极心理学对话 积极是否成为新的义务

先答

每日汇报好消息的制度怎样可能改变问题表达？如何保留不积极的有效信息？

带问阅读

本章重点：研究积极不等于命令人积极；一项每天报告好消息的制度；希望与保证之间的区别；优势如何被形成与识别；沉浸与价值不能互相证明；对不停点火的积极版本；制度层面的积极如何判断；幸福不是动力效率的奖励；对话的实际收获；希望如何与可检验的计划相连；优势识别为什么可能制造固定身份；沉浸体验不是所有任务的评价尺度；幸福研究与绩效管理需要区分；允许不积极是现实检验的一部分。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-48/>

第四十九章 与文化心理学对话 谁在定义我的动力

先答

同一句“你要主动”在不同关系中意味着什么？避免把文化群体当成固定人格。

带问阅读

本章重点：自我与文化的相互构成；两种主动的评价；自主与关系承诺不是简单对立；文化规范如何进入自我语言；内驱力可以成为一种社会规范；翻译中的概念漂移；比较研究不能把群体当作人格；共同意义中的新方向；对话的结果；同一句自我激励在不同关系中的作用；文化不是最后一个万能原因；比较研究怎样避免先把人分成两类；家庭协商中的三界回写；翻译概念时需要保留差异。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-49/>

第五十章 与具身及生成取向对话 动力在哪里获得形态

先答

换桌子后可以开始工作，能够证明什么？怎样区分身体、工具、意义与协同的作用？

带问阅读

本章重点：从头脑之外重新划定研究单位；同一个人为什么换一张桌子便能开始；资源不是现成外物的清单；身体不是被动力驱动的被动载体；共同工作怎样生成新的意愿；协调与纠缠的区别；离开共同场景之后；对数字平台的反向审查；对话中的保留意见；工具改变的不只是效率；身体节奏与任务节奏并非天然一致；共同操作如何产生事先没有的意愿；互动同步为什么不是纠缠的充分证据；独处仍然包含历史形成的现实关系。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-50/>

第五十一章 与动机神经科学对话 内部机制不等于内部源泉

先答

发现某种神经相关，是否证明动力具有独立内部来源？区分位置、机制与意义解释。

带问阅读

本章重点：承认机制而拒绝还原过度；想要与喜欢不是同一问题；神经相关不能直接承担意义解释；从位置推断来源的逻辑错误；生理约束不能被道德化；对多巴胺口号的概念审查；一个跨层次的研究例子；对话的双重纪律；解释层次不同不意味着彼此隔绝；必要条件与充分解释需要区分；时间尺度怎样改变研究问题；对内部机制批判的反向检验；科学词汇不应制造新的自我管理焦虑。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-51/>

第五十二章 共同问题中的分歧与研究责任

先答

用同一个事件比较两种心理学取向与 SDE。登记共同点、分歧与能够推翻自己解释的结果。

带问阅读

本章重点：用同一个事件检验不同解释；各流派首先会看见什么；三界分析需要补上什么材料；动力三原理怎样进入案例；六路径怎样指导调查而不制造固定流程；怎样区分短点火与关系重构；一个能够修正 SDE 的研究设计；对精神困境的论断必须限定范围；从理论优势转向共同解释责任；对话之后的实践尺度。

复答与检验

请指向本章的一项具体论证，提出一个竞争解释，并说明什么观察会使你的判断改变。不要用“三界纠缠”代替过程证据。

迁移记录

选一个实际场景，记录拟改变的一步、可能代价和停止条件。实际实施后再填写观察，不把预期当成结果。

原文：<https://sdeuniverses.com/books/m/378/chapter-52/>