

这次谁去 · 学习包

五辑二十四章 · 阅读、学习、智能问对



原书作者：刘春华

ISBN 979-8-90690-987-9

第419卷 · US\$20.00

先答、带问阅读、再答、讨论、本人修订、迁移与观察。

初答不覆盖；建议待核对；理解、赞同和现实应用分别记录。

本包是配套设计，不是著者原文或已验证训练量表。

在线学习：sdeuniverses.com/books/m/419/agent/learning.html

v1.0 · 排版修订 2026-10-24

01 夜里两点，没有一句商量

第1章 夜里两点，你起身了

先说一件事：你家孩子上一次半夜发烧或者咳醒，是谁先起来的？那天夜里，有没有人问过一句「你去还是我去」？第二天早上，你们说了些什么？再带着问读：李静那一夜什么都没发生，没有人吵，丈夫第二天还说了「辛苦了」，为什么她站在水池前，想了很久也不知道从哪一句开始说？一件从来没被商量过的事，为什么做了就不算？她那句「没事」，又替谁合上了账？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章两个说法：一件没被商量过的事，就成了「本来该你做」的事；同样熬一夜，放在妈妈身上叫「当妈就是这样」，放在爸爸身上叫「真是个好爸爸」。失败条件：如果你留心身边好几户人家，发现妈妈夜里起来的那些次，第二天也常被家里人记着、提起、当成一件事来还，本章说法就要收窄。小行动：今晚睡前，在手机备忘录里记下今天一件没人知道的事，一件就够；写不动，就明天再说。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第1章](#)

02 疫苗本在书柜第三格

第2章 你脑子里装着一整个家

先说一件事：你家里有哪件事，只有你知道东西放在哪、是哪一天、要带什么？上一次家里人为这件事打电话问你，你正在做什么？再带着问读：刘强请了半天假，带豆豆去打了针，事情是他做的，为什么那天下午最要紧的部分，却在银行三号窗口后面？「记住」为什么是最不像活儿的活儿？一个人撑着全家的记性，到了夜里十一点，是什么样子？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：记住也是活儿，它没有样子，只有你答不上来的时候才被看见；你的手在单位，脑子一直在家，等于同时上两份班。失败条件：如果家里另一个人也常翻班级群、记日子，孩子的事问谁都答得上来，而你还是一样累，本章说法就要收窄。小行动：挑一件只有你知道的小事，比如孩子的鞋码，写在便利贴上贴到冰箱门上，什么也不用说。贴不了也没关系，心里想一想今天哪件事只有你知道，就算做了。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第2章](#)

03 凉亭边的两把尺子

第3章 「当妈就是这样」

先说一件事：你天天做、从没被夸过的一件事，有没有哪一次换成孩子爸爸做了一回，就被人夸了？夸的人说的是什么？你当时接了什么话？再带着问读：吴佳一个星期推五个晚上的婴儿车，没人多看一眼；黄凯推了一次，楼下的阿姨说「好难得」，朋友圈三十个赞。她想反驳，为什么找不到话？「当妈就是这样」这句话，到底在说什么？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：同一件事用了两把尺子，量妈妈从满分往下扣，量爸爸从零往上加；「当妈就是这样」听着像体谅，其实是在说这件事不用记了。失败条件：如果你换着人想了好几回，发现身边的老师、邻居、同事对爸爸妈妈做同一件事，夸法和说法大多一样，本章说法就要收窄。小行动：下次听到「当妈就是这样」，先别急着点头，在心里把人换成爸爸，想想对方会怎么说。没力气换，就先放着。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第3章](#)

04 阳台上那句好累

第4章 你说不出口的那句累

先说一件事：你上一次跟人说「好累」，是跟谁说的？对方回了你什么？那以后你还说过吗？再带着问读：赵晓燕在阳台上对乡下的妈妈说了一句「妈，我好累」，妈妈说「谁不是这样过来的」。回乡下那天，妈妈说上班的人辛苦，让她歇着，碗打翻了，又说当妈的就要有耐心。为什么上班的累能放下，当妈的累却没有地方放，连自己也说不出口？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：说得出口的累，是「额外」多做的累，有人欠你，所以能歇；「应该的」事没有喊累的位置；天天累的人，累就成了背景，连你自己也学会了打出「好累」又改成「没事」。失败条件：如果你身边的妈妈说起带孩子的累，家里人大多会像对出差、加班的人那样，让她坐下、替她做一会儿，本章说法就要收窄。小行动：找一个不会劝你的人，先说一句「我不要你想办法，我就想说说，我好累」。找不到人，就对着窗户小声说一句。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第4章](#)

05 三次关掉的水龙头

第5章 分担了一半，为什么还是累

先说一件事：你家孩子找不到东西、作业不会、肚子疼的时候，第一个喊的是谁？如果家里已经分过工，这一声有没有变？再带着问读：王磊三个月天天做早饭、接孩子，一天没落下，可晚上小宇写作业，喊的还是「妈妈」，郑丽洗一池碗关了三次水龙头。活儿分走了一半，为什么还是累？他分走的和你还背着的，是不是同一种东西？孩子为什么只认那个知道得最多的人？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：分走的是有名字、有时间的活儿，没分走的是「这件事最后是谁的」；他做得越好，越像一个好帮手，而帮手的意思，就是这件事本来是你的。失败条件：如果许多家里活儿分了一半以后，孩子第一个喊的人也跟着换了一半，妈妈脑子里那排关不掉的事也少了一半，本章说法就要收窄。小行动：数一数孩子遇到事先喊你的有几件，各画个圈；挑一件不急的，比如找袜子，下回先别动，等等看爸爸会不会先应。数不动也没关系。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第5章](#)

06 四十七个箱子

第6章 做了一百件，没有一件算数

先说一件事：你家里被记得最清楚的一次帮忙，是谁帮的？那一回你自己做了什么，有人提过吗？上个星期二你做的是什么菜，还想得起来吗？再带着问读：志恒帮何芳家搬了一天家，被全家记了八年；那四十七个箱子是她夜里坐在地上一个一个装的，没人提起。她做了七年饭，自己也想不起哪一顿是哪一顿。为什么「应该的」就是不进账的？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：「本来不用来」的人做了，大家心里就自动开一张单子；「本来就是你的」事，做一千次也没有单子；你还在用自己的劳动，替家里还别人的人情。失败条件：如果你家里人说起这些年，能像记志恒那样记起你做过的某几顿饭、某一回装箱，并当成一份人情来还，本章说法就要收窄。小行动：挑一个家里没人的中午，给自己做一顿只给自己的饭，坐下来，趁热吃第一口。今天做不到，就先想一想你自己爱吃什么。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第6章](#)

07 忘在架子上的水杯

第7章 忘了一次，全家都记得

先说一件事：你有没有哪一次小小的疏忽，被家里人说了很久？同一段日子里你做到的那些事，有谁提过一句？如果是孩子爸爸漏了同样的事，家里人又怎么说？再带着问读：林小雨忘了一次水杯，婆婆一周说了四次；谢斌带孩子出门没抹防晒、没带水，婆婆说「男人哪里想得到这些」。为什么一直付出最多的人，反倒最觉得自己欠着这个家？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：做到的不往上加，没做到的往下减；同一个家两个大人，连出错都有两套记法，他漏了记在「男人嘛」，你漏了记在「你怎么又」。失败条件：如果你家里人说起妈妈的疏忽和爸爸的疏忽，口气、次数都差不多，记得也差不多久，本章说法就要收窄。小行动：在冰箱侧面或手机锁屏写上「一百件里，错一件」；下次出错，先看它一眼，再去道歉。说完了还是难受，也很正常。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第7章](#)

08 九张照片里没有他

第8章 「老婆辛苦了」为什么不暖

先说一件事：孩子爸爸上一次说「老婆辛苦了」，是在什么时候、什么地方？说完以后，下一周谁去接孩子、谁请假，有没有变？再带着问读：母亲节，唐俊发了九张宋婷带娃的照片，一百多个赞；第二天幼儿园来电话，打给的还是她，那行「你能去接吗」打了又删。「辛苦了」为什么不暖？它管得到哪一天，管不到哪一天？那一百多个赞，赞的是谁？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：感谢说的是「我知道你在做」，没说「这件事以后我也有份」；它在过去那一页上写字，没在下一页添上他的名字。失败条件：如果你家里谢谢说得多了、红包花束多了，事情一件没挪，你心里却真的轻了，那块硌也没了，本章说法就要收窄。小行动：下次他说「辛苦了」，趁他还笑着，接一句「那这周三你去接，好不好？」挑一件有时间有地点的事。说不出口，就先在心里接一遍。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第8章](#)

09 一把蓝色折叠伞

第9章 外婆接送有一句「谢谢妈」

先说一件事：你上一次被人真心谢，是做了哪件事？那件事是不是「本来不归你」的？你天天接送、做饭，有人谢过吗？再带着问读：外婆每天下午接圆圆，许慧发了三年「谢谢妈」；她自己接了两年、换了两年班，没人谢过。外婆说起三十年前接女儿：「谢什么？那是我的事。」同一个人，为什么换了一个位置，就换了一种记法？病倒那天，事情又回到了谁手上？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：「谢谢」是一条线，只说给线那边「本来不归你」的事；谢不谢，跟做得多不多、好不好关系不大，跟这件事被记成「谁的」关系很大。失败条件：如果你身边许多人家，妈妈接孩子和外婆接孩子，家里人谢的次数、谢的口气都差不多，本章说法就要收窄。小行动：找一张小纸条，上一行写一件「被谢的」，下一行写一件「没被谢的」，夹在手机壳背面。想不起被谢的事，也是一个答案。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第9章](#)

10 家长会上的掌声

第10章 被夸「伟大」的时候

先说一件事：你有没有被人当众夸过「了不起」「真伟大」？掌声停了以后，你在回家路上想的是什么？那以后，你还说得出「我累了」吗？再带着问读：欧老师当着全班家长夸韩雪站了十九次护学岗，是「伟大的妈妈」，她在桥头放下头盔面罩才哭；丈夫说「我们家没你不行」，她那句「其实我腰不太好」只写在了发言稿背面。被看见了，为什么那本账一个字没动？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：被看见和被算进去是两回事；「伟大」是赞美，也是一句「你不能喊累」，你被夸得越高，喊累的那扇门就关得越紧。失败条件：如果许多被当众夸过的妈妈，夸完以后家里或学校真的给她减了担子，有人主动替她站一班、接一次，本章说法就要收窄。小行动：下次被夸，允许自己不笑，只说「谢谢」两个字，不加「也没做什么」。想多说，就说一句真话：「其实我最近有点累。」

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第10章](#)

11 门关上以后

第11章 产假第一周

先说一件事：你家孩子刚出生那一周，谁在屋里，谁在外面跑手续？第一次换尿布、第一次洗澡，是谁做的？后来这些事归了谁？再带着问读：江远问了好几次「我能做什么」，他是真心的；可他跑户口、跑复查的那几天，正是屋里的事被学会、被定下来的几天。那一周没有人决定过什么，为什么到了满月，事情全定了，连亲戚都说她「门儿清」？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：谁在，事情就顺给谁；不是谁更会，是谁先在，会是后来的事；那一递尿布里没有坏心，可你多贴一次就更熟一点，他少贴一次就更生一点。失败条件：如果许多人家第一周爸爸也一直在屋里上手，到满月时孩子的事还是照样全落到妈妈身上，本章说法就要收窄。小行动：身边有人快生了，跟她说一句「第一周，就让他也上手」。今晚孩子洗澡，你可以把浴巾递给他，然后走开。做不到也没关系。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第11章](#)

12 监视器放在她那边

第12章 谁先醒，谁就成了醒的那个

先说一件事：你家夜里孩子一出声，是谁先醒？没生孩子以前，你是不是也能一觉睡到天亮？监视器、拖鞋、水杯，最早是怎么放到你那边的？再带着问读：冯婧说「放我这边吧，我反正醒得早」，一年后，机器一夜记下八条声音，她每一条都醒过，曹睿一条也没听见；换到他那边，他把屏幕转过来说「反正你醒了，你去吧」。醒得快，为什么成了你的活儿？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：醒得快是练出来的，你每快一次，他就慢一次；「谁醒着谁去」听着公平，其实是用你过去一年的累，决定你以后的累。失败条件：如果许多妈妈不先起几回以后，身体还是一样快醒、爸爸还是一样醒不来，几个星期都换不过来，本章说法就要收窄。小行动：白天说好，挑一个周五晚上你不先起，监视器放到他那边，拖鞋收进柜子。醒了就醒了，别起身。还没准备好，今晚就先睡。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第12章](#)

13 搜索框里的两个字

第13章 「这次谁去」，后来没人问了

先说一件事：你家里哪件事，最后一次被问「这次谁去」，是什么时候？是谁问的，那一次是谁去的？打开聊天记录搜一搜「谁去」，最近一条是哪天？再带着问读：牛牛第一次打针，邓雯和袁浩商量过，一起去的；第二次他出差，她说「行，我自己去」；后来她改了联系电话、设了提醒、自己请假。袁浩问「要我请假吗」，为什么问在了她请好假以后？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：「这次谁去」还被问着，事情就还是两个人的；每省一次，事情就更像你的一点；「要我请假吗」和「这次谁去」不是一句话，一个问在定了以后，一个问在定之前。失败条件：如果许多人家这句话很久不问了，事情却一直是两个人轮着去，或者重新问起来也没有一件挪回去，本章说法就要收窄。小行动：下次这件事来了，在你请假、设提醒之前，先问一句「这次谁去？」答案还是你，也算问过了。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第13章](#)

14 抽屉里的橙色钥匙扣

第14章 「你更细心」

先说一件事：你有没有被人说过「还是妈妈细心」？生孩子以前，你是不是也丢三落四过？你身上哪一样「会」，是后来被逼出来的？再带着问读：曾琳在大学里外号叫「丢丢」，在火车站翻了五分钟包找不到身份证；若若出生后，一盆烫手的洗澡水、一次忘带的接种本，把她磨成了二姑嘴里「细心的妈妈」。为什么是先有你在，后有「你细心」？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：细心不是先有的，是一天一天在场，在场出来的；「天生」是事后补签到前面去的，一签上，事情就像从来归她，出了错还要挨一句「你不是最细心的吗」。失败条件：如果你身边许多「细心的妈妈」往回想，婚前、生育前就一直是家里最细心的那个，后来也没被谁逼着学过，本章说法就要收窄。小行动：写下一件你「本来不会」、后来被逼会了的事，再写一行是哪天、因为什么学会的。写着心酸，就先停一下。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第14章](#)

15 签字栏后面的「妈妈」

第15章 婆婆的一句话，老师的一个电话

先说一件事：孩子学校的表格上，紧急联系人写的是谁？老师有事，第一个电话打给谁？家里长辈有没有说过「女人带孩子天经地义」？再带着问读：罗霞月子里半夜喊范勇，先过来的是婆婆；开学后鲁老师的电话打给她，签字栏后面印着「妈妈」，家长群里一排「某某妈妈，收到」。这些人彼此不认识，为什么一起把「刚好是你」说成了「就该是你」？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：家里的事一开始常常只是「刚好」，婆婆的一句话、学校的一张表、老师的电话、广告，各自替你确认一回，就成了「就该」；谁接得快电话就打给谁，打给谁谁就更知道孩子的事。失败条件：如果许多人家把爸爸的电话填在第一个以后，老师的电话、表上的事大多还是绕回妈妈那里，本章说法就要收窄。小行动：下次学校发表，把孩子爸爸的电话写在第一个；他说接不了，就请他看到了再回过去。不方便，就填表时停一秒。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第15章](#)

16 托管班最后一个孩子

第16章 四点半放学，六点下班

先说一件事：你这一周最难的那个时刻，是星期几、几点几分？那一刻是哪两头在同时等你？孩子爸爸那一头，有没有人问过他这一刻怎么办？再带着问读：梁丹每周四五点半要从德方周会上走，托管班六点半关门；碗可以泡一夜，四点半放学等不了。裴总好意让小施顶周会，钟毅说「你们外企不是讲弹性吗」。为什么两头在同一分钟等你的时候，账才第一次藏不住？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：能等的事藏得住，靠你的夜里一件件消掉；不能等的事两头同刻到期，总有一头落空，被看见的是你；谁的工作更能弯，事情就落到谁身上。失败条件：如果许多人家吵架、闹别扭，大多落在洗碗、晾衣这些能等的事上，跟接送、请假、生病这类同一分钟的事没多大关系，本章说法就要收窄。小行动：在超市小票背面写下这周最难的一个时刻，写清星期几、几点、哪两头。写下来就够了，哪天想说，就从这一行开始。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第16章](#)

17 两个红信封

第17章 两边的妈

先说一件事：你妈来帮忙和婆婆来帮忙，你各说了多少谢谢？孩子爸爸各说了多少？哪边的老人不来了，大家又怎么说？再带着问读：杜娟的妈坐头班公交来住了十二天，她塞钱、愧疚；婆婆来住三周，邹平说「那是我妈，说什么谢谢」，大姑子却让杜娟「多体谅一点」；婆婆来不了，家族群里说「娟子辛苦点」。为什么三种情况，账都落在她身上？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：两边的妈各有一本账，一本写「帮女儿」，一本写「帮儿子」，可那个被补的缺口写的都是妈妈的名字；最后去找平的总是她，丈夫站在中间什么都不用找。失败条件：如果许多人家丈夫谢丈母娘、谢自己的妈都一样自然，婆婆来帮忙时被要求「体谅」的也是丈夫，本章说法就要收窄。小行动：周末孩子睡了，和他把两边老人这一年帮的忙一件件说一遍，再请他给两边的妈都谢一次。他嫌见外，就下次再说。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第17章](#)

18 一模一样的新单子

第18章 有了老二以后

先说一件事：生老二的时候，你是不是听过很多遍「有经验了，好带」？老大身上的哪些事，在老二出生以后还在你手上？孩子爸爸说过「老大归我」吗，后来呢？再带着问读：汪军说「老二生了，星星就归我管」，还买了铅笔盒当上任礼物；假一休完，工地赶工，班级群他再没点开过。蒋萍夜里一边喂月月，一边记星星的鞋盒和校服费。老二为什么是一次重新分配的机会，又常常被错过？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：「有经验」还有一层意思，这个孩子也归你；第一个孩子身上的「应该」原样复制了一份，两份同时压在一个人身上；他越不知道，下次越不用他去。失败条件：如果许多人家生老二以后，爸爸接过去的那份老大的事大多一直留在他手上，不用谁去守，本章说法就要收窄。小行动：从老大身上挑一件完整的事交给他，比如每天看作业、回老师消息，交出去就不收回；他漏了一道题，你忍一忍别补。今天只看一眼书包也行。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第18章](#)

19 十一楼的王姐

第19章 不觉得累的妈妈

先说一件事：你身边有没有一位说自己「不累，就喜欢自己带」的妈妈？有人拿她跟你比过吗？你家「谁来带孩子」这件事，当初有没有人问过你？再带着问读：王秀兰十七年两个孩子不让老人带一天，说的是真心话；她回家带孩子，是丈夫问过、她想了两个晚上答应的。郭晨一句「你看人家，多好」，却让叶子心里一沉。这一章为什么不评判任何一位妈妈，又要看清什么？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：有的妈妈真心喜欢，有的在别处有自己的分量，两种都值得尊重；「累不累」和「账记得对不对」是两回事；被问过、自己点过头的事，和谁也没问就落到你头上的事，心里的分量不一样。失败条件：如果许多说「不累」的妈妈当初也没被谁问过一句，照样做得心甘情愿、心里不硌，本章说法就要收窄。小行动：挑一件你带孩子时真心喜欢的事，下次做的时候说一句「这件我喜欢，我来」。挑不出来，也没关系。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第19章](#)

20 八百米外的校门口

第20章 他也累：写给父亲

先说一件事：你家里有没有哪件事，是因为某个人离得最近、来得最快，就一直归了他，不管他是爸爸、外婆还是姑姑？他累的时候，说得出口吗？再带着问读：高建华单位离学校八百米，陆敏一句「你先顶着」，他接了三年孩子；科长说「去吧去吧」，校门口的奶奶说「男的哪会带孩子」，他在车里坐了十几分钟，一条消息也没发出去。这本账，为什么不是专门对付女人的？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：谁最近、谁最快、谁知道得最多，谁就会被顺进去；大多数家里那个人刚好是妈妈，正因为账不认男女，它才能被改；他被体谅，却没被当成该接孩子的人，活儿是他的，名分不是。失败条件：如果许多由爸爸接送的人家，细看都是早先说好、分好的，跟谁离得近、谁先到没有关系，本章说法就要收窄。小行动：把这一章翻开放在他手边，说一句「这章写的是一个爸爸，你看看像不像」，然后去忙别的。现在不是时候，就折个角。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第20章](#)

21 冰箱上卷了角的表

第21章 吵过、谢过、列过表，为什么都没用

先说一件事：你们家有没有吵过一架、谢过很多回、或者列过一张分工表？三个月以后，日子变了没有？表上的事和让你累的事，是不是同一批？再带着问读：为了一个空鸡蛋盒，方颖和石峻吵了一架；石峻画了一张十一件事的表贴在冰箱上，头一个月很管用，到了梅雨天，表卷了角，她又开始累。她半夜站在表前数，鸡蛋盒、全家福、牙上的小黑点都不在上面。为什么都没用？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：表上分的，是早就有名字、被看见的那一半；「发现、记得、提前」这些事没有名字，原样留在你这边；吵的是有名字的小事，累的是没名字的那些。失败条件：如果许多人家把「发现、记得、提前」也写上表、写上名字，几个月下来真的交出去了，妈妈不再累，本章说法就要收窄。小行动：在冰箱上的表旁边另起一列，写两三件从来没上过表的事，只给自己看。写着写着冒火了，就先去喝口水，站一会儿。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第21章](#)

22 下周二我接不了

第22章 「下周二我接不了」

先说一件事：上一次你有事去不了，孩子那一头是怎么安排的？是你找了邻居、同事、老人，还是有人问过一句「那谁去」？那一回最后算谁的？再带着问读：谭莉删掉了给岑嬢嬢的微信，在饭桌上说「下周二下午我要开会，天天我接不了」，没说「要不我想办法」。家里安静了三天，周二熊斌去了，还走错了门。这句话不是吵架也不是求助，它到底做了什么？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：补位把「谁去」这个问题收了回去；提前几天说，是交代一个事实，当天喊是喊救命；「我接不了」不是「你去」，只是空出一个需要回答的位置；磕绊的地方，正是这个家第一次碰到的地方。失败条件：如果许多妈妈提前说了又不补位，到了那天大多还是没人去，最后仍要她临时救场，本章说法就要收窄。小行动：选一件你真去不了、有时间有地点的事（不要拿孩子生病去试），提前几天说「哪天、为什么、我去不了」，说完就停，别补位。最后还是你去了，也不算失败。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第22章](#)

23 天天后勤群

第23章 别把家过成法庭

先说一件事：你学会开口以后，有没有哪一阵什么都想记一笔？他顺路带回的一袋鸡蛋、你多煮的一碗汤，有没有被拿出来过过秤？孩子看见过你们算账吗？再带着问读：谭莉建了一个两个人的群，从接送记到马桶、鸡蛋；熊斌也开始记，连熬给她的小米粥都打了括号。孩子夜里咳，她先想的是「这次该谁」。直到天天问：「你们为什么老在算？」开口是对的，为什么会走到另一头去？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：要说的，是那些不问就会落到某个人头上的事；心意一记，就成了收据；记账会改掉你看事情的第一眼；问，是为了以后不用算，夜里的事最好白天先问好。失败条件：如果许多人家把每件事都记清、对平以后，两个人反倒更亲近，孩子也觉得家里更松快，本章说法就要收窄。小行动：找一个不着急的晚上，和他一人一张纸，各写三件「永远不用算」的事，写完交换着看。一件也写不出来，就先写他给你倒的那杯水。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第23章](#)

24 熊爸爸，你起来

第24章 写给女儿

先说一件事：你家孩子过家家的时候，谁当妈妈，谁当爸爸？「妈妈」在做什么，「爸爸」又在做什么？孩子这些样子，是从哪里看来的？再带着问读：小禾给布娃娃阿圆量体温，说「爸爸在上班，妈妈都是这样的」；夏琴想起自己小时候过家家，也想起俞阿婆八岁就提铁桶的女儿。那一夜贺明自己翻到了创可贴，小禾问「爸爸，你也会起来啊？」「应该的」是怎么传下去的？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：核对本章说法：孩子不是靠听、是靠看学会这本账的；照顾是一种本事，「只能是我」是一本账，你想留给女儿的是前一样；夸女儿懂事、让男孩还小去玩，两个孩子各带走一句话。失败条件：如果许多家里起夜、鞋码、老师电话都是妈妈包着，孩子过家家时却照样让「爸爸」也起夜、也量体温，本章说法就要收窄。小行动：这一周让孩子亲眼看见一次爸爸起夜、记鞋码或回老师电话，做到一件就很好。他找不到东西，你告诉他在哪，别起身替他拿。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与问一声：第24章](#)