情感储蓄账户流水

对应练习：**405 情感储蓄账户**

T1 日志表 · 情感储蓄 | 一个月 12 笔，看余额曲线

姓名：_____ 日期：_____

怎么用：每天存一笔小的，**不要等大惊喜**——大惊喜不常有，日常小额才是主力。用**他的**存款语言存，比用你自己的语言有效得多。取款也照实记：翻旧账、他在说话你在看手机、让他在外面下不来台。

这个账户是	伴侣 ☐ 孩子 ☐ 父母 ☐ 同事 / 朋友 ☐ 是：_____
他的"存款语言"	好听的话 ☐ 帮忙做事 ☐ 拥抱等肢体 ☐ 小礼物 ☐ 专心陪一会儿 ☐

日期	**存 / 取** 圈一个	**具体做了什么** 小事就行：倒杯水、抬头看一眼、说句辛苦	**对方的反应**	**余额** +1 / −1	**备注**
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				
	☐ 存 ☐ 取				

吵架前先看一眼余额

现在这个账户大概还有 _____ 分（0–10，10 = 我很有信心）；低于 5 的话，今天先存这三笔：

① _____ ② _____ ③ _____