

# 青春期健康

## Adolescent Health

03

定价: 10.00元/本 每月1日出版

2014 总第174期

国家卫生和计划生育委员会 主管  
国家卫生计生委人口文化发展中心  
中国人口宣传教育中心 主办

让孩子们  
重归日常世界

青春期“快乐处方”

做一株  
寻找阳光的向日葵  
那些不务正业的青春

年轻

我们到底需要  
怎样的大学生生活

折了翅膀的青春一样飞翔

男孩子更应得到  
家长的理解和尊重

ISSN 1672-6502



9 771672 650145

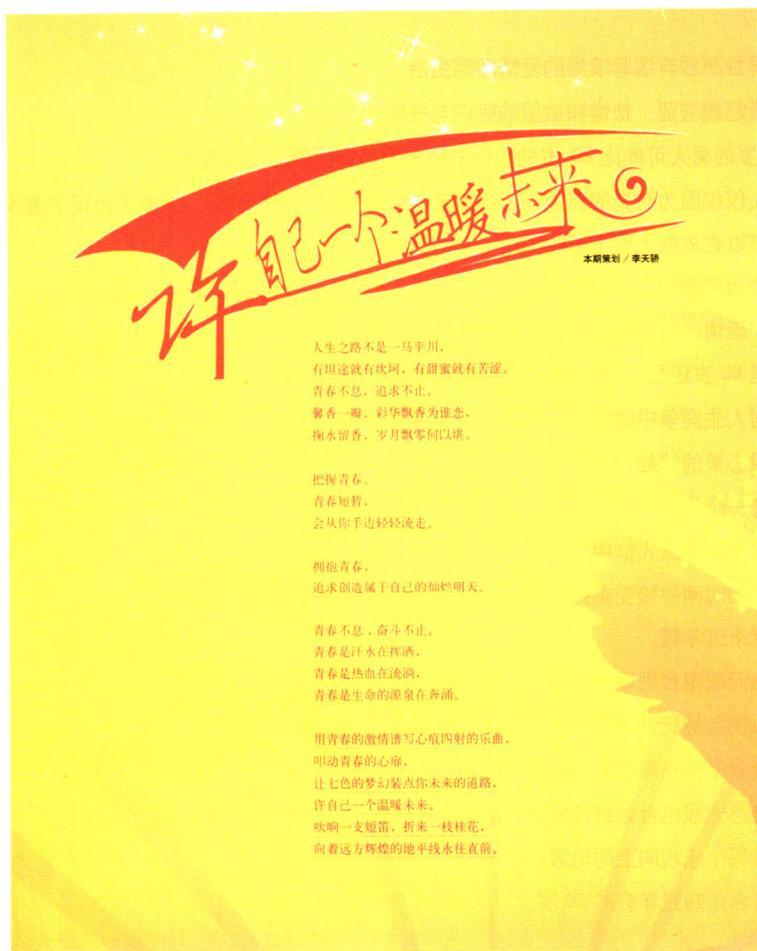
03



万方数据

# CONTENTS

2014年第3期



## 青春心闻 HEART SOUND

专题 (P28-33)

- 28 许自己一个温暖未来
- 29 做一株寻找阳光的向日葵 / 苏英
- 30 给贫困插上理想的翅膀 / 郑丽娟
- 31 信念是生命的脊梁 / 任天军
- 32 以笑问候所有的磨难 / 雪妍
- 33 织女孩的编织梦 / 蒋叶红
- 34 90后姑娘六万多里青春骑行 / 巴山

“恰同学少年，风华正茂，书生意气，挥斥方遒。”奋斗的青春是美好的风景，正是那千万颗奋斗的心，那千万双高飞的振翅，装扮着最美好最珍贵的人生季节——青春。

人生的道路，无论是崎岖或平坦，都要靠自己去走；人生的滋味，无论是酸甜或苦辣，也都要靠自己去品；人生的命运，无论是幸运或多舛，都要坚韧精进。用奋斗和梦想扬起青春的船帆，努力拼搏地摇桨，我们必将享受美好，收获喜悦。



## 封面人物：陈敏

陈敏，93年生人，水瓶座，来自黔西南州一个小县城。和大多数女孩一样，喜欢旅行，行走在路上；喜欢摄影，喜欢用镜头发现生活中的美。

或许是水瓶座的的天性使然，自由是内心永恒的追求，一个人，一个背包，一部单反，还有一颗说走就走的心，去想的地方，看想看的风景，就这么简单！（摄影 阿西）

中国核心期刊（遴选）数据库收录期刊  
《中文科技期刊数据库（全文版）》收录期刊  
中国期刊网（知网）全文收录期刊  
龙源期刊网全文数字化收录期刊  
国家卫生计生委首届优秀期刊

## 卷首语 PREFACE

---

1 年轻 / 塞缪尔·乌尔曼

## 青春视点 VIEWPOINT

---

### 青春辞典

6 青春语录

7 青春 IN 词

### 特别关注

8 我们到底需要怎样的大学生活 / 胡风

### 热点聚焦

10 2014 年硕士研究生教育的新动态 / 苍露

### 黄灯慢行

14 青春期“快乐处方” / 林盛

### 环球视野

16 国外早教教什么 / 刘姿含

## 青春心闻 HEART SOUND

---

### 心灵密码

18 Maybe / 金玲玲

21 散落在电影院里的温馨时光 / 徐海

22 十五岁的约定 / 李凯成

### 生活触角

24 那些曾经的年味 / 张海民

26 外婆的鸽子 / 李易农

27 开在馒头上的花儿 / 赵文静



### 同桌的你

36 “呆头鹅”碰上“青花瓷” / 安一朗

### 轻松圈点

38 大笑江湖

39 推理课堂

### 个案透析

40 羞答答的玫瑰慢些开

——对一位早恋少女的咨询纪略 / 冯宗辉

## 青春梦想 YOUTH DREAM

---

42 草根慈善探路者 / 苏河丰

44 折了翅膀的青春一样飞扬 / 葛霞

## 志客专栏 CELEBRITY COLUMN

---

### 诸家讲坛

46 阿紫——恶之花 / 武五陵

50 为生民立命

——“横渠四句教”的文化理想（下） / 刘梦溪

### 群英荟萃

54 吃饺子杂谈 / 唐鲁孙

56 春将至 / 井上靖

## 青春健康 PRIME HEALTH

---

58 男孩子更应得到家长的理解和尊重 / 朱英哲

61 尊重孩子的选择 / 小巫

## 咨询港湾 QUESTION & ANSWER

- 62 男孩为什么考试不答卷? / 马志国
- 64 孩子单相思怎么办? / 周一海
- 65 怎样过寒假? / 逸阳

## 青春痕迹 GROWTH TRACE

### 青春课堂

- 66 如何培养自己的“素质”(上) / 夏晓红
- 68 “后进生”心理分析及对策 / 向明康

### 成长路上

- 70 她不是“坏女孩” / 冠豸
- 72 甜蜜亦忧伤 / 林玥瑶
- 73 让女儿“检修”母爱 / 孟月
- 74 吵架是孩子的成长必修课 / 杨亚爽
- 75 让孩子们重归日常世界 / 赖广昌

### 律动身心

- 76 朝气蓬勃的晨跑 / 毛靖

## 青春风尚 MORAL ETHIC

### 论义论道

- 78 鸟巢是树上的村庄 / 葛亚夫
- 79 宁静的心是有“地力”的土壤 / 张峪铭
- 80 一棵草的生命长度 / 顾启淋
- 81 植物的气度 / 周童

### 初涉人生

- 82 “面霸”为何遭遇职场“滑铁卢” / 朱吉红
- 83 那些不务正业的青春 / 葛闪
- 84 让别人看见你的光亮 / 何小军
- 85 礼仪ABC / 木青

### PK 部落

- 86 独学与群学, 何者更高效? / 穆清



## 混搭特区 FASHION ZONE

### 阅读视界

- 88 与书为伴, 理解生命的意义 / 林颐

### 视听工厂

- 90 意识流电影浅析——《情书》 / 半夏

### 时尚盘点

- 92 寒冷冬日, 毛毡温暖你的心 / 姿滋

## 广告招商 INVESTMENT PROMOTION

- 35 〔温暖的回忆〕专题征文启事
- 53 〔青春年少〕封面人物征集启事
- 94 “青春健康 你我同行”活动征集令
- 95 《青春期健康》读者调查表
- 96 欢迎订阅 欢迎投稿

关注中学生的成长、成才、成功  
是一本适合全家共读的精品文摘刊物

邮发代号 2-414



# 成长读本

秉承中国人民大学书报资料中心办刊特色：

博众家之精华，糅自家之底蕴。

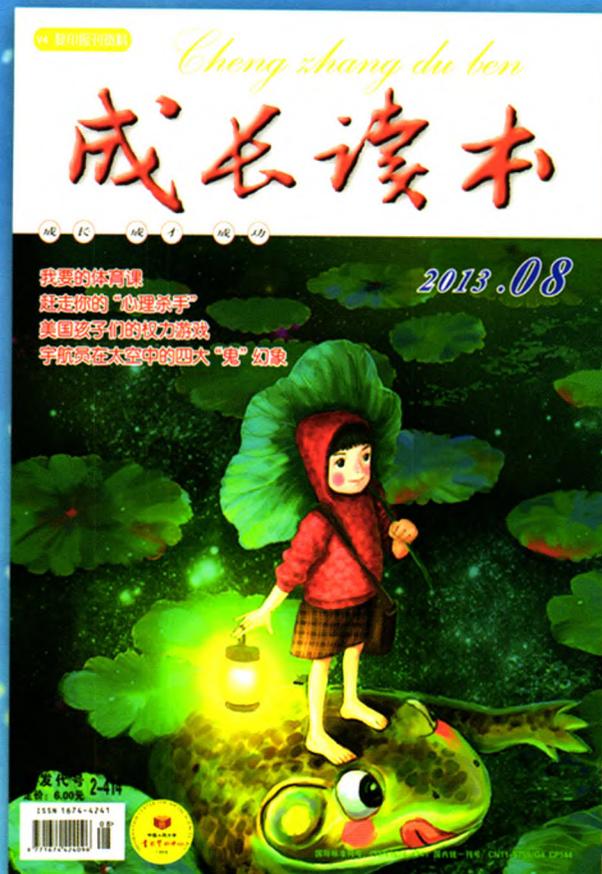
解读中学生关心的话题：

学习压力的化解、人际交往的困扰、  
心理问题的疏导、青春期的烦恼等。

贴近中学生学习生活的实际：

讲述你身边的事情、描写你身边的人。

品牌栏目： 特别关注 心理诊室 含羞草  
花样年华 视野百科 榜 样  
品味书香 素 质 成长思语



6元/期 全年72元

全国各地邮局均可订阅，也可向本刊直接订购

款寄：北京9666信箱 市场部收 邮编：100086

订购热线：010—62516973 62516975 010—82503438/40/41

或直接登录 [www.zlzx.org](http://www.zlzx.org) 网站填写订单订阅本刊