

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



# 青春期健康

## Adolescent Health

2016  
上半月刊  
总第240期

# 11

定价: 12.00元/本 每月1日出版

青少年健康  
ADOLESCENT HEALTH

2016.11

总第240期  
11月

**马思纯的青春故事:**  
“小花旦”上位靠努力

**树立正确消费观**  
**远离不良校园贷**

**电信诈骗频发:**  
**应加强对青少年学生开展挫折教育**

**努力须忘我**

**青春女孩,**  
**别为“好朋友”失约多烦恼**

**出国与升学,**  
**究竟该如何抉择?**



万方数据





## 卷首语 | Preface

1 努力须忘我 / 张建兵

## 青春视点 | View point

### 青春辞典

6 青春语录  
7 青春 IN 词

### 特别关注

8 电信诈骗频发：应加强对青少年学生开展挫折教育 / 卞文志

### 法律档案

12 刑法案例  
13 法的故事

### 黄灯慢行

14 树立正确消费观 远离不良校园贷 / 金全

### 环球视野

16 日本教育从“宽松教育”走向“扎实学力” / 罗朝猛

## 封面故事 | Cover story

18 马思纯的青春故事：“小花旦”上位靠努力 / 李蕊娟

## 心灵密码 | Heart sound

### 男生日记

22 那个“女英雄”一样的女孩 / 冠一秀



### 女生秘密

26 我把日记写成了他的传记 / 杜智萍

### 生活触角

30 感受黑夜 / 一秋  
31 父亲的读书声音 / 刘庆明  
32 窗外飘过蓝衬衣 / 张军霞  
33 一生相伴的铃声 / 李训刚

### 少年笔会

34 亮 / 陈钰  
35 妥协是盾 坚守是矛 / 陈译凡

## 青春健康 | Prime health

### 青春课堂

44 青春期女孩，别为“好朋友”失约多烦恼 / 张正修  
46 青春期心理闭锁的应对之道 / 修正  
47 束住早恋的翅膀 / 覃光林

### 青春保健

48 青少年，和肥胖说“不” / 跃然

### 咨询港湾

50 塔尖与塔基 / 马志国

### 青春良方

52 我的“抽烟”我做主：浅析青春期孩子的成人行为 / 肖存利

## 感动青春 | Touching youth

### 走进崇高

54 走进崇高——访中国人民解放军装备指挥技术学院原副院长、北京走进崇高研究院院长、少将贺茂之 / 杨军 孔猛

### 经典回响

58 欧阳修的散文 / 孙犁





## 青春论坛 Youth forum

### 初涉人生

60 蒋抒洁：变身“奶霸”的任性学霸 / 林子树

### 成长路上

62 青春是一首诗 / 罗光太

### 论文论道

64 优雅的等待 / 王吴军

65 “慢炖”人生 / 文馨

66 生命的姿态 / 佟晨绪

67 学会忘却 / 飞跃

### PK 部落

68 出国与升学，究竟该如何抉择？ / 飞扬

## 修身自律 Self discipline

### 身心飞扬

70 在阴暗的角落慢慢成长 / 卢海娟

### 程门立雪

72 多找自身原因，激发内在学习动力 / 杜殿台

74 要学会串门求知 / 刘玉真

75 英语复习，如何笑对完形填空？ / 迷鹿 Sheila

### 律动身心

76 “足球小子”张玉宁：踢破关注梦想的门 / 韦荣驰

## 混搭特区 Fashion zone

### 阅读视界

80 对文学与心灵的坚守

——读铁凝《以蓄满泪水的双眼为耳》 / 古滕客

### 视听工厂

82 请问：谁的青春不迷茫？ / 无痕

84 摇滚，是一种态度！ / 千叶



## 时尚盘点

86 Come on baby，一起来给唇做个 SPA 吧！ / 曼青

## 创意生活

88 一起来做手工书吧！ / 小七

## 青春资讯 Youth information

90 各地简讯

## 广告招商 Investment promotion

43 【兴趣班：我有话要说】专题征文启事

79 “少年笔会”栏目征文启事

95 《青春期健康》杂志征稿启事

96 《青春期健康》读者调查表

