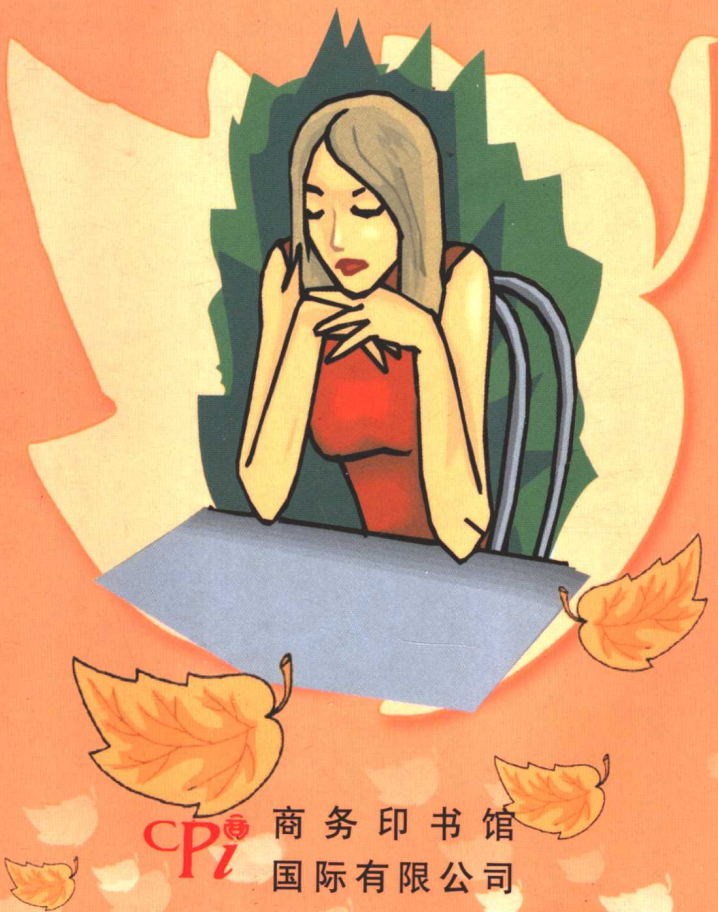


青春谈心坊丛书

成长是首流动的歌

张丽珊 编著



CPI 商务印书馆
国际有限公司

青春谈心坊丛书

成长是首流动的歌

张丽珊 编著



商务印书馆
国际有限公司
中国·北京

图书在版编目 (CIP) 数据

成长是首流动的歌 / 张丽珊编著. —北京: 商务印
书馆国际有限公司, 2002.10

(青春谈心坊丛书)

ISBN 7-80103-301-9

I. 成… II. 张… III. 青少年心理学 IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 076269 号

CHENGZHANG SHI SHOU LIUDONG DE GE

成长是首流动的歌

商务印书馆国际有限公司出版发行

(北京市东城区史家胡同甲24号 邮编: 100010)
电子信箱: cpinter@public3.bta.net.cn

出 版 人: 程孟辉

责任编辑: 黄宇谷

内文插图: 王生元

封面设计: 付 强

全国新华书店经销

发行热线: (010) 65598498 电话、传真: 65234023

北京市宏文印刷厂印刷

字数: 129 千字

开本: 850 × 1168mm 1/32 10 印张

2002 年 10 月北京第 1 版 2002 年 10 月第 1 次印刷

印数: 1-10000 册

定价: 20.00 元

如有印刷质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换

前 言

本丛书的作者是一位知名的青少年心理健康问题专家。这套丛书是作者多年从事心理问题研究与辅导工作的经验的集成，也是作者及众多相识与不相识的、谋面与未曾谋面过的青少年朋友们的内心世界的写照。它是真情的流露、思想的碰撞和精神的升华。来到书中的老师和同学们，或许年龄不同、背景不同或各自的经历不同；他们彼此或许也并不十分熟悉和了解，但在“青春谈心坊”这个属于他们自己的家园里，通过面对面的交流或是书信报刊、电波、网络等，他们的内心世界不仅紧紧地融为了一体，而且渐渐地成为心灵与情感上的至诚伙伴。在这个“谈心坊”里，作者与同学们共同度过了数不尽的甜美与苦涩、探求与迷茫、交锋与融通的分分秒秒和日日夜夜，也为本丛书提供了一个个最为真实和生动的素材。它，就像是一部交响曲，每一个乐章都弥漫着青春的旋律，每一个音符都倾诉着成长的故事……

这套丛书论述了青少年朋友们在成长的过程中

经常遇到的困惑与苦恼。涉及到学习生活、朋辈交往、与长辈相处以及青春恋情等各个方面。每本书以一个主题为中心，并由“心灵直通车”、“锵锵论坛”和“心理导航”3个部分的内容组成。“心灵直通车”是对青少年常见心理问题的描述与解析；“锵锵论坛”则是同学们之间对问题的相同或不同的观点之间的交锋与交流。在“心理导航”中，作者从朋友、师长和专家的角度，对每一个具体的心理问题进行了细致入微的分析，并为解决问题提出了具体的建议和指导。“青春谈心坊”就像是一个心理按摩室，同学们带着心中的一腔痛苦来到这里，而走出去的时候，他们已拥有了春天般明媚的心情。

愿本丛书能够成为广大青少年朋友们形成健康的心理机制，营造成功的成长环境的一位良师诤友，也欢迎广大读者特别是同学们以本丛书为媒介，彼此不断地交流成长与成功的经验，从而以更加坚实、自信的步伐迈向七彩人生，迎接未来的挑战。

商务印书馆国际有限公司

编辑部

2002年9月

目 录

1. “问题女孩”真的有问题吗？	1
2. 不解的故事不解的人	15
3. 长大了就疏远童年的朋友吗？	28
4. 成长就要不断地完善自己	40
5. 成长就意味着受苦	51
6. 丑女孩同样希望生活幸福	62
7. 初中的女生太焦虑	77
8. 都是体育课惹的祸？	88
9. 借读生的经历会让我更成熟吗？	96
10. 困境中的女孩想崛起	107
11. 理想与现实之间到底有多远	117
12. 女生真的不如男生吗？	127
13. 如何科学地管理自己的学习？	136
14. 是自信毁了他吗？	145
15. 外向的女孩想重塑文静	155

16. 我的人生还会精彩吗?	164
17. 我渴望快乐,但不敢放纵	171
18. 我无法强迫自己做不爱做的事	183
19. 我无法容忍别人比我优秀	191
20. 我想了解高中的同龄人在想什么	201
21. 我需要寻找生命的意义	212
22. 我已不再是自己	222
23. 我们到底做鸡头还是凤尾	232
24. 性格的改变要以学习为代价吗?	243
25. 选择自己的人生好难啊!	252
26. 学习不好就没有了自尊吗?	261
27. 艺术成了我无法走出的痛	271
28. 学习真的太费劲了	279
29. 择校使我失去了很多	288
30. 走向社会是一个艰难的历程	298
后记	308



1. “问题女孩”真的有问题吗？



心灵直通车

我现在是高一新生，我是靠关系留本校继续读书的。其实以我的水平我留本校上高中是不成问题的，因为在初中的时候我的成绩一直在班里名列前茅，但中考我却失败了。别人分析失败的原因是由于我过度紧张而我自己并不这么认为，但究竟为什么我也不清楚。

上了高中之后我就像变了一个人，原来我的性格是挺内向文静的，公认的稳当，而现在的我自己都感觉我变了，变的过分活泼了。说的不好听就是变疯变野了，还有厌学情绪，离开家就不再

想回去。刚开学的时候我的状态尤其不好，多科出现赤字，老师还找我谈话，另外由于我和一般的同学不太一样，总喜欢按自己的方式做，班主任嫌我主意太正，而且作为班委学习退步，出现纪律问题多次训斥我，可我是虚心接受，坚决不改，依然我行我素，也许我太自负。但我确实不认为我做错了。因此老师认为我太个别，太傲慢，不把别人放在眼里，并且向我家长告了一状。但在这次期中考试中我考了全班第二。我不想老师看不起我，奚落我，所以我只能用成绩证明。

在这以后我却有一种莫名的失落感，因为我的个性，和班里的男同学处的关系比女同学好，而这一点恰恰又不被家长、老师、同学们所接受。一时间我变成了“问题少女”。只要有男生给我打电话，家里人就紧张的不得了，甚至不让我接。我该怎么办呢。面对这么复杂的人际交往我只想逃避，而这又不可能。我真的不想长大，长大好烦。我拒绝。

有的同学说我太情绪化，有时快乐的不得了，有时又安静的出奇。我曾试图改变自己，使自己变的更温和一些，但都失败了。我不会掩饰自己



的感情，我是不是太失败了？

我不喜欢课本，但又必须为我的前途去咀嚼它，消化它。它和我在生活中看到的、用到的联系并不密切。但我还是要念念念！为什么，为什么逼我放弃我的兴趣、爱好而去做书虫去做习题的奴隶？为什么减负对于我们只是一句空话，多么的不公平，为什么当中专生参加校队或兴趣小



组时，我却坐在令人窒息的教室中去学习乏味的理论？同样花儿一样的年龄，为什么我生存的空间那么小？为什么连一部小小说也要偷偷跑到厕所去读？多么不平等的待遇啊！我还要在这样的白色恐怖下生活多长时间？

佩 琪



锵锵论坛

史 刚：真的有问题。

（不知史刚是果断还是武断，结论如此肯定，不过大家早已习惯。）

张浩诗：什么问题？

史 刚：人家都说年纪越大越沉稳，她怎么年纪越大越疯呢。

张浩诗：你说的那是普遍规律，但佩琪是没有遵循规律，而是刻意改变了性格。

张碧媛：她改得有点过度了。



张浩诗：（环视其他人）我们班就有一个同学，初中和高中是两样的人，她自己都这么说。

张碧媛：有很多人都希望到一个新环境中塑造一个新的自我，但往往就是这种急于求成的做法使别人不能接受，对自己的心里也会产生一种打击。

张浩诗：首先就是不被老师接受，于是她现在和老师作对。我初中时就和班主任“三年对峙”。

（多可怕的经历呀，不是张浩诗，而是班主任，真同情他老人家。）

史 刚：班长带头作乱。

（史刚仿佛找到了张浩诗的把柄。）

张浩诗：不止呢，我还把他气哭了。

霍 焱：厉害！我真庆幸没成为你的班主任。

张浩诗：那是初三时的事，他初二结婚的。

霍 焱：不会吧！

史 刚：太早熟了。

张碧媛：国家也不允许啊！

张浩诗：别取笑，口误罢了。在我们上初二时，老师思想太保守，现在能干的女生一般

都是和男生关系好过和女生关系。

霍 焱：你话题转换得也太快了吧！180度，不
270度，又一个107B，小水花，漂亮！

（霍焱如入无人之境，浮想联翩。）

张浩诗：跑题了当然要快转回来了。

霍 焱：那不是能干，是规律，女生比男生喜欢
计较。

张浩诗：是异性相吸。

史 刚：男生就是起调节作用的。

张碧媛：可男生劝不了女生的口舌之争。

史 刚：尤其是在文科班。

（刚分了文理班，仿佛对文科班格外好奇，女生的天下怕是另一番风情。）

张浩诗：老师和同学一样羡慕佩琪和男生的和谐
关系，不能表现出羡慕，就表现出排斥。

霍 焱：怎么老师也在内？

（一向尊师重教的霍焱不想相信这种猜测。）

张浩诗：我是假设老师是女性。

众 人：（疑云尽散，会心一笑）哦！

张浩诗：家长把她禁锢起来了。我们班就有一个
女生在家时与外界断绝联系，她不向外



打电话，外界打来电话也要经过父母两道防线。

张碧媛：这像探监吧。那学生还有自由吗？

张浩诗：电话探监！

霍 焱：家长不信任自己的孩子，孩子这么大还没有自主权，这样反而会僵化亲子关系。

史 刚：咱们去弹劾一下她的家长。

霍 焱：也许都进不了家门。

张浩诗：咱们组织一个“问题儿童军团”做后卫队。

霍 焱：我从来不掩饰自己的感情。

张碧媛：根本没有任何掩饰！

史 刚：她说“为什么逼我放弃自己的兴趣”。

张碧媛、张浩诗：谁逼她了？

史 刚：又不是我说的，是她自己说的。

霍 焱：只要安排好时间，学习和兴趣爱好并不冲突。现在不是有很多有特长的高才生吗！

张浩诗：她是一个不甘于整天死读书的人，她羡慕中专生的课外生活。

张碧媛：中专生课业负担比较轻，自主支配时间

多，相对自由。

史 刚：根本不是站在同一起跑线上，没有可比性。

霍 焱：学习的机会也比中专生多呢。何必不平衡呢，高中有独特的优势，何不想想金榜题名时呢？

张碧媛：有些人想有这机会，还很难实现呢。

史 刚：所以要珍惜机会，保持成绩。

霍 焱：有了成绩做保障，老师家长才不管你是不是和男生关系好呢，分数是他们的命根。

张浩诗：老师还担心作为班委的她会带来不良影响。

张碧媛：其实作为班委有这种性格很有利。更利于接近同学，而且果断坚决，不会拖泥带水。

张浩诗：个性很强。

张碧媛：佩琪有些不融于世俗。触动世俗的人都会遭到一定的阻碍，但只有冲破世俗才能有创新。

张浩诗：需要时间。



张碧媛：要“出淤泥而不染”。

史 刚：“濯清莲而不妖”。

张碧媛：“中通外直”。

史 刚：“不蔓不枝”。

霍 焱：这是哪首诗啊？

张浩诗：《爱莲说》。



青春心理导航

佩琪，你听到同龄人对你说的这些吗？他们在安慰你的同时也在纠正你的一些不合理的理念。佩琪，通过倾听你的诉说，我觉得你是很聪明的人，学习能力强，并且心理调节能力也很强。你置老师的要求和劝阻于不顾，我行我素，顶着压力身处逆境中保持良好的学习状态，并且取得很好的成绩，说明你控制情绪的能力是很强的，如果你能够真心地爱学习，定能取得良好的学习效果。但如果按你现在的状态下去，我真的担心你在辜负自己良好的天质。

佩琪，你说进入高中之后自己仿佛变了一个人，由原来的文静、稳重变得“过分活泼”，并且有了厌学的情绪，这种情绪反应是正常的，中考的失败给你的打击很大，靠关系留本校是以牺牲你的自信心为代价的。你总是担心别人用异样的目光看自己，你尤其不能容忍大家觉得你是在很踏实地念书。作为中考时一败涂地的失败者，你在心中对自己的初中时代进行批判，那时的努力使你平时名列前茅，但结果却输得很惨，你要改变自己，要制造一种假相来迷惑大家，也迷惑自己。你现在的活泼、不守纪律就是告诉大家你的初中是这样度过的，中考成绩不理想不是自己努力学习后的失败，而是不想学，不好好学造成的，弥补了中考成绩对自信心的打击，这是人的补偿心理，其实许多人都在有意无意中使用，只要能够使自己的心态好一些，心里舒服一些还是可以使用的，但千万别真的这样下去，高中课程的密度和难度比初中提升了很大一截，落下了再赶就不容易了。

佩琪，你说经常出现纪律问题，我觉得是你自我监控能力有问题，你希望给别人一种轻松的印