

青春书简（成才卷）

CHENGCAI BEI WANGLU

朝翔著

成才备忘录



福建少年儿童出版社

朝 翔 著



成才备忘录

青春书简（成才卷）

福建少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成才备忘录. 成才卷/朝翔著. —福州: 福建少年儿童出版社, 1999. 10

(青春书简丛书/朝翔主编)

ISBN 7-5395-1813-8

I. 成… I. 朝… III. 人才学—中学生—通俗读物
IV. C96-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 49437 号

成才备忘录

——青春书简

作者: 朝翔

责任编辑: 叶宁

出版发行: 福建少年儿童出版社

社址: 福州市东水路 76 号 (邮编: 350001)

经销: 福建省新华书店

印刷: 三明日报印刷厂

开本: 850×1168 毫米 1/32

印张: 5.25 插页: 6

印数: 1—3230

版次: 1999 年 10 月第 1 版

印次: 1999 年 10 月第 1 次印刷

ISBN 7-5395-1813-8/I·360

定价: 8.00 元

如有印、装质量问题, 请直接与承印者调换。



作者小传

本名赵强,1960年7月生于天津,1982年毕业于南开大学中文系。主要笔名朝翔,其他笔名:公随、远航、方觉、司马文常等。

从事创作10余年,作品以杂文、随笔、散文、评论为主,已在全国各地报刊发表文章600余篇。文章被《文摘报》等文摘类报刊转载数10次,杂文、论文曾获全国奖。此外,还致力青春问题研究,曾在全国10余家中学生报刊开办个人专栏《朝翔信箱》《朝翔专递》等,受到青少年的广泛好评,收到各地读者来信数万封。

主要著作有《朝翔青年处世小语》和《校园风》等。现为天津作家协会会员,天津杂文研究会会员,天津新蕾出版社副社长、副总编,兼《作文通讯》杂志执行主编。



成才是青春族永恒的话题，然而成才又是那样艰难。经历了太多的期盼、不懈的追求，成才的方程式仍然难以解开。

其实，成才并非高不可攀。学识加上毅力加上机遇，你就打开了成才之门，走上了成功之路。

不要总说自己不行，多说“让我试试”，“我来干”，“我能行”。世上没有超人的天才，只有不努力的蠢材。

发掘自我的潜能，青春时代好成才！



为中学生写作，其乐无穷

——代自序

朝 翔

中学生是一个特殊的群体。在我国有 5000 余万中学生，他们构成了一个庞大的读者群。然而，我们对他们的重视却不够。可以说，针对中学生生产的各类营养保健品可谓不少，然而，针对他们提供的精神食粮却显得比较少。如写给中学生阅读的各类小说、随笔、散文、传记等文学作品，适合中学生唱的校园歌曲，专为中学生拍摄的影视片等等，都不太多。中学生在升学竞争的压力下，感到自己是一群缺少被社会了解，缺乏被社会真切关爱的寂

寞的青春族。

当我在1982年走出大学校门，走进青少年读物编辑行列之时，我即感到自己任重道远。在工作之余，我常常手捧各地中学生读者给我寄来的热情洋溢的信，感动之余生出了这样的感慨：中学生面临的问题真是太多了，应当为他们切实做一些工作，解决一些问题。从1990年开始，我应邀在各地青少年报刊开辟了10余个如《朝翔信箱》《朝翔专递》等个人专栏，专门为中学生答疑解惑。于是，每天拆信、阅信、复信成了我生活中的重要一部分，这使我感到为中学生写作、为中学生服务，是人生的一大乐事。由于编《作文通讯》杂志，这些年我系统地走访了各地200余所中学，同众多的中学生交上了朋友。我经常和他们交谈中学生最感兴趣、中学生中最流行的话题，这样不但把握了办刊方向，还使自己的创作更加有的放矢。

从1995年开始，我将自己发表的青春书信、青春随笔，先后结集成为《朝翔青春处世小语》《校园风》两本书。但是，我仍感意犹未尽。此次，承福建少年儿童出版社的美意，要我专为中学生写一套《青春书简》丛书，我深感欣慰并快速命笔。在写作期间，卢达生先生、叶宁先生为本书的出版出谋划策，叶宁先生时常函电专驰，提出改进意见，这里一并表示谢意。

青春书信作为青春散文的一种文体，它有着独特的认识、审美及实用价值，亲切、自然、可信、可行是它的特色。在这3本书里，我力图通过书信这一方式，全方位展现当代青少年的精神风貌和他们的所思所想，为他们答疑解惑。当然，效果如何，还有待广大青少年读者去评说。

这3本书里的信函，全部从读者近些年给我的两万多封信函中精选出来，具有一定的代表性。

《青春书简》虽然已出版，但青春的故事将永远继续下去。为中学生的写作是我一生的追求和人生的乐事。我将以自己的激情和创造，为中学生的青春征途添一把柴，加一把力，做中学生们永远的大朋友。

1999年2月于天津



目 录

A 辑 ● 升学 · 竞争

3

给自己减压

6

将压力变动力

9

在人生的十字路口上

11

一个辍学者的心声

14

怎样看待钻“牛角尖”

16

有紧张，才有充实



19

如何适应新环境

21

苦不堪言的学习负担

24

作业成灾怎么办

26

作弊之风不可长

28

害怕分班怎么办

30

怎样改掉贪玩的习惯

32

未考上重点中学，遭家人打骂怎么办

35

毕业前夕须专攻学业



—— 37 ——
毕业前夕人情负担重怎么办

—— 39 ——
当课代表的苦恼

—— 41 ——
学习差，被人瞧不起怎么办

—— 43 ——
超时加课好不好

—— 45 ——
无人帮助怎么办

—— 47 ——
情绪受老师影响怎么办

—— 49 ——
近视眼的苦恼

—— 51 ——
一个农村差生的苦恼



53

“我是笨学生吗”

55

、害怕竞争怎么办

58

考试时要坦然放松，调动潜能

61

考试成绩不理想，家长不理解怎么办

63

考不好，莫悲观

65

如何消除考试恐惧症

67

不能忽视副科

69

家长反对升学怎么办



72

偏科怎么办

B 辑 ● 方法 · 技巧

77

掌握方法，事半功倍

79

学会发散式思维

81

记忆力差怎么办

83

学习时如何消除杂念

85

如何避免死记硬背

87

如何增强学习的自觉性



89

怎样提高学习效率

91

感到学习枯燥怎么办

93

如何当好称职的班长

95

如何合理利用时间

97

如何激发学习兴趣

99

学习成绩下降太快怎么办

101

学习环境差怎么办

103

语文成绩不好怎么办



105

如何学好历史和地理

107

如何学好英语

109

怎样消灭错别字

111

如何写好日记

113

如何写好抒情散文

115

写字的重要性

117

如何背诵古文

119

如何复习好各门功课



121

学习退步怎么办

123

不妨学学果戈理焚稿

125

不妨尝试跳读

127

阅读也需要技巧

129

读书笔记，须臾不可离

131

投稿也需要技巧

134

作文最忌是什么

136

如何将作文与社会生活联系起来



138

作文不能没有激情

140

作文时为什么无话可说

142

模仿和抄袭有什么区别

144

语言表达能力差怎么办

146

如何回答老师的提问

148

要重视阅读报刊

150

社会活动多，影响学习怎么办

