



## 单元思考与行动

### 一 情境思考

青春时光无比珍贵。为了更好地度过青春期，同学们以“青春”为话题展开讨论。



我觉得青春是红色的，每天都是忙碌的、充实的，充满了朝气。

家人时常问我将来想做什么，我难以回答。我觉得青春像晨间的雾，有时朦胧，有时清晰。在青春期，有向往，也有忐忑。



青春时光里最难忘的是同学间的情谊。上次比赛失利，大家抱在一起哭，然后又一起加油鼓劲，让我感到特别温暖。

如果可以，我希望在青春时光里多一些社会实践，在和社会的接触中认识自己，在帮助他人中实现自身价值。



- ▶ 结合以上讨论，用画笔画出你感受到的青春。
- ▶ 用三个词语表达你对青春的理解：\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_。
- ▶ 如果青春有颜色，你的青春是什么颜色？说说你的理由。
- ▶ 在青春期，你经常体验到的情绪是：\_\_\_\_\_。
- ▶ 青春时光里你最难忘的情感体验是：\_\_\_\_\_。
- ▶ 你希望在珍贵的青春时光里做些什么？

## 二 实践活动

► 和同学结成小组，每组至少访谈五个人，完成一份“青春访谈录”，并在班内分享自己的收获。

## 访谈建议

✧ 确定访谈对象。访谈对象可以是家人、老师、同学或者其他比较熟悉的人。

✧ 针对小组成员关注的问题，列出访谈要点。例如，可以请访谈对象讲述他们在青春期的经历，包括生理和心理方面的困惑、正确面对生理和心理变化的方法等；请他们讲述有关情绪、情感的故事，了解他们在调节情绪、传递美好情感等方面的做法和经验；就中学生如何度过青春时光征求他们的建议；等等。

✧ 小组讨论，确定访谈提纲。

✧ 确定访谈时间和方式。可以采用电话、书信等方式，也可以面对面访谈。