

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。

第二
单元

焕发青春活力

青春充满力量，青春充满渴望，青春充满理想……踏着青春的节拍，我们拥有成长的无限可能。我们既能直面成长的挑战，积极探索，也可能冒失冲动、迷失自我。自尊、自信、自强让我们焕发向上的青春活力，绽放绚丽的青春光彩。

拥有自尊，我们不断肯定自己，行己有耻，不被虚荣迷惑，持续提升自己；确立自信，我们找到青春最美好的状态，坚定信念；做到自强，我们克服困难，不断超越自我，追逐青春梦想。

