



在校园恋爱中一起成为更好的自己



中青报 中青网见习记者 徐丹阳

进入大学，很多年轻人都希望谈一场校园恋爱。在不少高校里，恋爱课十分火爆，大学生希望在这些课程中学习如何解决恋爱中遇到的困扰。

怎样谈一场大学校园恋爱？怎样在恋爱中成为更好的自己？在中国青年报社出品的新一期《参数》节目中，几个年轻人分享了他们关于校园恋爱的故事。

走心的校园恋爱

在浙江大学读大二的连婧含，刚进入大学时，对校园恋爱充满憧憬。后来经室友介绍，连婧含认识了现在的男友。两个人一起自习、散步、打卡锻炼，聊天的话题也逐渐延伸到价值观、感情观等更深层次的方面。思维契合的他们相互吸引，渐渐走到了一起。

在连婧含看来，大学恋爱一定要遵循自己的内心，不要因为身边人都在谈恋爱，自己也去谈一个快餐式的恋爱，在大学期间，我们更应该追逐内心真正喜欢的那个人。

东南大学大三学生李文浩，和女友是高中同学。在大二暑假时，他们经常一起打羽毛球、跑步，相处时间久了，两人也更加了解彼此，暑假之后就决定在一起。

李文浩觉得，大学恋爱非常纯粹和美好，大学生已经成年，相对于中学时代更成熟，相对于进入社会，校园恋爱更纯粹。

今年25岁的杨成意和女友陈文静，在一起已经6年多了。从大学时的异国恋到现在走入职场，他们共同经历着成长。

大学时我们对社会都有了一些认知，但又不掺杂那么多人情世故。我们有更多时间、精力投入到恋爱中，所以能更好地了解另一半的性格、脾气乃至生活方式。这给了我们很多磨合的机会。杨成意说。

在陈文静心中，两个人携手走过的大学恋爱时光，是炙热且快乐的。他们会利用假期一起旅行，一起培养兴趣爱好，共同感受生活中的点点滴滴，给予彼此力量朝着更好的方向进步。

中国青年报社社会调查中心发布



摄影：林子羽

调查显示，82.6%的受访单身大学生期待一场大学校园的恋爱。82.3%的受访大学生心中，校园恋爱是纯粹和美好的。

甜蜜背后的困扰

现在这段恋爱，面临的主要问题就是异地恋，这很考验两个人对于感情的维系。李文浩和女友在不同的城市读书，两个人很多时候生活圈子是完全不同的，而且在一起日子长了，新鲜感可能会降低。

面对这个问题，李文浩觉得两个人可以抽出时间去探索一些彼此都感兴趣的事情，增加共同话题，同时也要了解和适应对方的生活节奏，给予对方独立的空间，平时生活中我们也会制造一些小惊喜，比如点一个外卖给对方，让对方感受到自己的关心和在乎。

杨成意和陈文静在大学时是异国恋，这也使两个人在校园恋爱中面临更多的挑战。

大学时我在英国读书，和他的交流有时间和地域上的限制。我的性格又

比较闷，不善于表达，总把事情藏在心里。我们在相处过程中不可避免地会有沟通上的问题。陈文静回忆，两个人刚在一起时，她有时会觉得对方不理解自己的想法和做法，便不想和他沟通。而她的沉默让对方更苦恼，最后总以两人争吵、对方让步结束。

在意识到这个问题后，陈文静和杨成意进行了深入的沟通，最后达成了共识。首先，遇到问题不情绪化；其次，沟通是为了解决问题，只针对事情，不上升到个人和感情；最后，多站在对方角度考虑问题。后来我们沟通得越来越好，有问题就交换想法，共同寻找更好的解决办法。

连婧含和男友没有异地的困扰，但兴趣爱好不同让他们产生了一些分歧，他比较宅，我喜欢出去玩。一开始谈恋爱的时候两个人什么事情都是一起做，但是后来矛盾就渐渐出现了。我不愿意深入研究他喜欢的东西，他也不愿意陪我出去玩。

连婧含发现了这个问题，和男友进行了沟通，两个人商量，给彼此留有独立的空间，在周末闲下来的时候做一些共同的事情。

一起成为更好的自己

李文浩觉得，校园恋爱让自己有了精神上的寄托，感到温暖和踏实，也鞭策着他成为更好的自己，我的女朋友是一个非常积极向上的人，她忙碌向上的状态，会给我一些压力。但这是一种正向的刺激，让我努力变得更优秀。

我学会了怎样坦然地被爱和怎样更好地爱别人。连婧含在校园恋爱中收获了不少的成长，之前我总是有一些自卑的情绪，别人对我稍微好一点，我就觉得很感激，并且很多时候在外人面前不敢展现真实的自己。我的男友经常会夸赞我，我也可以很直接地告诉他我心中不好的情绪，这些让我觉得很自信和安心。

大学恋爱带给我很多改变。杨成意觉得，大学恋爱让他变得更有责任感，刚上大学时，我自己玩心还很重，很多时候不顾及另一半的情绪，现在可以说是更加成熟稳重了。

杨成意会努力在生活中带给女友安全感，我来自北京，她是浙江人，毕业后她选择留在北京和我一起生活，她

和父母、家人见面的时间就变少了。当她说要回老家，我每次都非常支持，也会主动提出很久没回去了，回去陪陪家人，让她安心。

中国青年报社社会调查中心发布的调查显示，68.0%受访大学生认为校园恋爱让自己学会处理情感问题，更成熟。

大学恋爱怎样坚持下去，很多校园情侣都在探索这个问题的答案。连婧含觉得最重要的是沟通，即使再契合的两个人也会有不一样的地方，出现问题时要保有信心，共同努力和磨合，找到平衡点，而不是一遇到矛盾就想放弃和退缩。比如我们家的经济情况和他们家差距比较大，我如实地告诉他之后，我们就改变了消费方式，尽量一起吃食堂。

杨成意认为，对待感情要有责任感和忠诚度，遇到矛盾不要选择逃避，两个人要共同面对问题，一起成长。

感情是需要经营的，好的感情一定是双方维护养成的。情侣双方要注重三观契合和情感磨合，坦诚交流，互相交换想法。深入了解彼此后，感情才会越来越稳固。要自自沉稳，而后爱人，不断地强大自己、优秀自己，不要一味要求改变对方。陈文静说。



朋友，蹦迪吗，中国那种

□ 蒋肖斌

齐天大圣一个筋斗翻上天庭，上演一场大圣捣蛋、神仙蹦迪、仙侠烟花秀；唢呐笛子琵琶古筝在现场奏出电音，指挥手托宝塔，大约是致敬托塔李天王；弹幕大呼“大雷音寺变成了大电音寺”“凌霄迪厅开业了”。在2022最美的夜bilibili晚会中，这个脑洞大开细品又很有文化的节目，没让平均年龄20岁的观众失望，获评全场最佳。

掐指一算，节目所依托的动画元素，距离这群年轻观众已经过去半个多世纪，但经典的魅力在于，故事是那个，讲故事的方式却有很多种。时代变迁，总有一种能乘风破浪而来，在这一届年轻人的心头敲响一记如今这一记，是电音与中国动画的合鸣。

2022年适逢中国动画100年，在这场中国式蹦迪中，我们能看到《大闹天宫》《天书奇谭》《葫芦兄弟》《九色鹿》《南郭先生》《牧笛》《骄傲的将军》《哪吒闹海》等经典中国动画的身影。尽管冠以蹦迪之名，但无论是契合经典的人物造型，还是传统民族乐器的伴奏，哪一样都是国风动画的韵味。中国、传统、经典，这些宏大的词落地，生发出具体而灵动的表达。

中华优秀传统文化是需要创造性转化和创新性发展的。同样是以《西游记》为母本的动画，从上世纪60年代的《大闹天宫》，到1999年和2010年的同名动画片，再到2015年上映的《西游记之大圣归来》，变的是叙事方式、技术手段，不变的是东方神韵。而这次晚会上的



晚会现场。

出品方供图

相关节目，采用的是MAD混剪（电玩文化、动漫文化、同人文化中的多媒体作品，编者注）的形式，传统文化在二次元的破圈而入，其乐融融。

年轻人看晚会，并不满足于单向的观看，更追求互动，而且互动不仅仅是参与网络点赞，还需要与节目中的人物互动（无论真人还是虚拟人），一同观看节目的其他观众实时交流。目前，弹幕仍是这类互动最主要的形式。屏幕上奔流而过的文字，不但让人获得视频内容中没有提及的其他信息，而且让人收获一种强烈的在场感与陪伴感，让一场直播晚会变成了参与一场跨年大趴。

传播学者莱文森说，电子媒介时代的人要用中枢神经系统和一切感官去拥抱世界，媒介与观众之间的边界变得越来越模糊。对《最美的夜》而言，互动是基础，共创

才是更吸引年轻人的关键。他们是观众，同时也是创作者。

所以，在晚会上，我们能看到大量UP主的身影组成表演者的群像，耳熟能详的动漫人物和歌曲出现在舞台，源自UP主创作的热门视频有了全新的现场演绎。

无论晚会主创团队还是UP主与观众都发现，传统文化已经成为UP主创作的灵感富矿。艺人赖美云与舞蹈区的UP主们共同演绎歌曲《横竖撇点折》，即由UP主创作，把字谜埋在歌词当中。

李玉刚、胡沈玥、龚琳娜联合演绎的《山海图》，讲述了典籍《山海经》中的故事，由北京大学教授陈连山指导。舞台背景则是UP主创作的画作，是他花了3年多时间研究大量经典创作而出。

讲到这里，中华传统文化之美已无需赘言，更重要的是，这种文化是开放的，在与更广阔、更多元文化的交流中，会迸发出新的生命力，可谓愈开放

愈自信。晚会上，演奏过《百鸟朝凤》《好汉歌》的唢呐大师郭雅志，与金爵士乐团以及UP主们一道，上演一场唢呐与爵士碰撞的《爵士宇宙》；00后UP主刘瑾睿与李玉刚合作演绎《若把你声声慢》，歌词和歌名来自李清照的《声声慢》，宋词与民谣音乐融合。

有人说，最美的夜在横空出世那一年是以击中青年亚文化的面貌出现的，而事实上，这个系列跨年晚会所承载的青年文化，正在与中华传统文化一道，催生一种全新的、青年喜闻乐见的新的表现形式。它结合中华美学精神与当代审美追求，结合新的技术与新的手段，让年轻人成为主角与主创，也让传统文化由此生生不息。

跨年晚会是一个极富仪式感的载体，传统文化在这样的氛围中，得到一次输出与普及的绝佳机会。需要承认，仪式总是短暂的，但蹦迪跨年一夜就完了吗？我不这样认为。在日落、月升、星繁中，2023已来，晚会的切条视频依然被反复观看，不少人还开启了“放大镜”模式。

比如我，就开始琢磨节目中敲鼓的、吹笙的、吹笛子的、弹琵琶的、弹古筝的，分别对应的是哪部动画的哪个人物，这些传统乐器在那个年代承担了什么功能、现在又发展成啥样了。从一个视频衍生开去，不知不觉，一下午就用来好好学习传统文化了。

当然，这样的学习有很大好奇的成分，并不系统也欠深度，但一个对传统文化与中国动画曾感陌生的人，却可能由此打开了通向新世界的大门。那扇大门或许以大电音这样戏谑的模态出现，但最终通往大雷音寺的源远流长。



“温暖的BaoBao”用户供稿TOP排行榜 (2022.12.31-2023.1.6)

全天候可视化栏目“温暖的BaoBao”在中青报客户端、中国青年网、中青在线已运行五十三周。栏目收到来自祖国各地的视频投稿。本报青年编委会每周评出用户作品TOP排行榜，希望以此加强与基层一线青年的互动，激发各地各类组织以及个人的投稿热情。欢迎大家入驻“温暖的BaoBao”！

1. 闽南科技学院：“乡”约实践 助力芙蓉新发展
供稿单位：闽南科技学院
2. 山东中医药大学师生走进乡村 调研沂蒙发展故事
供稿单位：山东中医药大学
3. 不止阳光 三线建设英雄纪念碑落成亮灯仪式举行
供稿单位：中共攀枝花市委宣传部
4. 2023年7月28日，成都见！
供稿单位：成都2021世界大运会
5. 2.2万吨大桥空中转体 误差仅0.2毫米
供稿单位：中铁八局
6. 安徽青年在南昌 把异乡变成了故乡
供稿单位：团南昌市委
7. 不怕吃亏，他在世界技能大赛实现砌筑项目的突破
供稿单位：中建五局
8. 无锡滨湖青年图鉴
供稿单位：团无锡市滨湖区委
9. 国史微故事 周恩来和邓颖超在广州成婚
供稿单位：广州市团校
10. “火焰青年”有份“逆行”回忆
供稿单位：四川省森林消防总队



中青报 中青网记者 王海涵 王磊

最近各地用药需求短期内相对集中，安徽省六安市基层社区群众创新思路守望相助。去年12月中旬至今，金安区清水河街道九里沟社区下辖小区内，一个四四方方的红色便民小亭变身“共享药房”，被居民称赞“便利有效”。该街道全部26个居民小区均推行居民药品共享措施，一盒盒药品在小区居民间实现互助共享。

日前，在明月港湾雅苑小区，居民便民服务驿站临时开通了“顶新”的业务。莲花清瘟颗粒、小儿止咳糖浆、布洛芬、复方感冒灵颗粒等各类药品整整齐齐地摆放在药箱里，以供有需要的居民领取。而这些药品正是小区党支部号召倡议小区居民互助共享的。

这个药品共享效果不错，像家里有小孩子发高烧了而又没药，大人非常着急。有其他业主愿意伸出援手，这种邻里氛围真好，大伙像家里人、朋友一样互帮互助。我家如果有多余的药也肯定会拿来帮带的。居民张安林感慨。

这几天，不时会有小区居民前来领取家中急需的药品，也有居民把多余的药品充实到共享药箱，同时也能应对冬季流感等高发疾病。

无论是备药充足的，还是备药不多或者没有备药的，通过“共享”用药需求都能得到一定保证，让健康和平安多了一份保障。在社区党支部、物业党支部和群众支持下，小小药箱见证了小区大家庭的真情。九里沟社区党总支书记吴云兵说。

当前，六安市金安区也在倡议设置共享药箱，为更多需要帮助的人传递温暖。



六安九里沟社区居民领取“共享药箱”的药品。 金安区融媒体中心供图

一微心愿



团湖北省委孝感市孝南区委书记 苏茜

建功新时代，奋进新征程。团孝南区委将抓住机遇，坚持以党建带团建，用团建壮党建，以围绕中心，服务大局为工作主线，以创新的思路、务实的举措，重点发动新兴领域青年力量，打造有阵地、有组织、有队伍、有活动、有特色、有活力的老漯河团建示范带；引领全区团干部，以拳拳之心、赤子之情、公仆之情、倾身之力，通过“青力缔造”活动，与青年群体以诚相见、推心置腹，办青年所想群体所盼的推心置腹办青年线，让青春在孝南“打造主引擎，建设中心城，谱写新篇章”的火热实践中绽放绚丽的之花。



团福建省宁德市寿宁县委书记 刘文丽

今年以来，团寿宁县委开展高素质农民青年创业培训、大学生创新创业大赛、返乡青年座谈会、村村都有好青年、乡村振兴助力发展、乡村振兴共青春、青年建功助发展、专项调研等活动20余场。作为团中央促进乡村振兴重点联系县，我们将围绕“深化青春建功行动、深化青字品牌创建行动、鼓励青年人才返乡创业、推进美丽乡村建设”等重点，引领更多青年投身一线，助力当地走出一条具有闽东特色的乡村振兴之路。