



视听

总第 10585 期 国内统一连续出版物号:CN 43-0041

扫码下载视听 2025年2月9日 星期日 乙巳年正月十二

加油! 开启新一年

| 卷首 | 给生活来杯“开工奶茶”

春节假期仿佛一场大型烟花秀,绚烂过后,有点发懵。

困难不会因为过个年就消失,理想的生活还在远处招手。

望着体重秤上飙升的数字和只开了一个头的“新年计划书”,多少有些瑟瑟发抖:我们应该如何开始这全新的一年?别慌,问题不大。

当代成年人开工的正确姿势,应该像重启卡顿的电脑:先清空“假期缓存”,把熬夜刷刷的黑眼圈敷成发光眼罩,把

胡吃海喝的胃调理成正常生物钟,再把休假模式一键切换到加速档。毕竟,无论新年立下怎样的flag都有可能倒,但打工人的咖啡杯必须稳稳立住。

与其焦虑明年此时会不会继续立同样的flag,不如把新年拆解成365个“今日盲盒”,每天拆开一个,都可能掉落小惊喜:也许是客户对第一稿就回复,地铁上陌生人分享的糖果,也许是突然开窍的工作灵感,甚至可能是领导突然宣布的“错峰下班”……保持好奇就能收获惊喜,调整心态才能应对变化。

或许,新年伊始先不要过早地上咖啡,不如从一杯奶茶开始:七分清醒三分甜,既能扛住KPI暴击,也能握住一份暖手的热爱。

对了,在即将到来的元宵节还要开开心心地吃碗汤圆,咱们“圆滑”地重启这新一年的奋斗吧!

■郭文雯

计划
告别大城市
逐梦小县城新生活

求职
年后找工作
833场招聘会别错过

指南
开工开学季
这样调整出好状态

02-04



扫码看专题

出品:朱定
策划:周文博 郭文雯
统筹:郭文雯 苏军华 高原
执行:龙思言 李琪 王智芳