

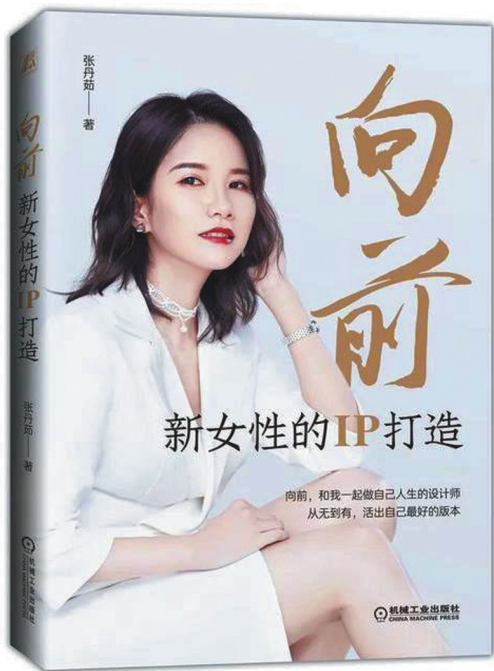
# 新女性如何平衡家庭和事业？ 《向前：新女性的IP打造》提供好案例

悦读

现代社会时间节奏紧凑，如何高效管理、利用时间，对于任何人的事业、生活都非常重要。特别是对需要花费时间生育子女的成年女性来说，时间管理和自我人生规划，更显得尤为重要。

不少女性处于以下一种或者几种状态：做着一份谈不上非常喜欢的工作，有着一份不多不少的固定收入，每天上班忙忙碌碌，虽然下了班精疲力尽，但还要打起精神带孩子；没有兴趣爱好，为家庭付出了工作之余的一切时间……

《向前：新女性的IP打造》的作者张丹茹在书中提供了她的人生案例：出生于1985年的她，本科毕业于广东一所普通二本院校的市场营销专业，第一份正式工作是非常普通的、基础月薪只有2000块钱的销售客服。经过持续不断的自我学习，不断寻求自身局限的突破，如今她是两个创业公司CEO，出版了《学习力》《副业赚钱》《副业思维》《向前》等畅销书。难能可贵的是，在事业向前发展的同时，她还拥有一个圆满的家庭，是两个男孩的母亲。



《向前：新女性的IP打造》

走出「睁眼忙到睡」黑洞

张丹茹是如何做到的呢？近日，这位事业和家庭平衡得很好的职场女性来到成都，在文轩BOOKS书店做了一场读者分享会。在新书《向前：新女性的IP打造》中，从人生规划、时间管理、沟通秘籍、亲子法则、精力管理、个人品牌打造六大维度出发，分享了她的诸多经历、经验和心得。

比如在“时间管理”上，她提醒众人，不要陷入一种“睁眼忙到睡，普通职场女性最容易掉入的时间管理黑洞”，要用必要的时间管理术来重新夺回人生秩序感，为自己赢得个人成长时间。

张丹茹在时间管理上有一个小妙招：“每个月都会写一个清单，列出要做的两三件事，然后用事情来驱动管理时间。我们可以给自己分配任务，自己做自己的CEO。同样，我也会以一年为单位，写下未来一年内20条大的梦想清单。每个人可以用这四句话去衡量人生：每天行动，每月清单，一年方向，一生使命。当然无论梦想有多大，每天还是要脚踏实地做事情。”



张丹茹与读者合影。

每天至少30分钟独处时间

已婚女性，在发展自身事业的道路上，离不开对伴侣关系优质高效的处理。张丹茹在书中分享了她的沟通法则，让生活伴侣成为事业搭档，其中特别提到“夸奖对方”，缓解矛盾冲突，让关系保持良性状态，“我一直践行在处理亲密关系上的方法，把爱还有夸奖的语言分享给身边的人。要说恶毒的话，在身(身体)、语(语言)、意(意念)三方面，少出现消极负面的词汇。”

亲子关系也是已婚已育女性的重要人生组成部分。在这方面的智慧分享中，张丹茹特别提到，要顺应孩子的特质，挖掘孩子的天赋优势，从言传身教做起，对子女进行品德培养，等等。很多女性觉得生活很累，张丹茹的建议是，“要有仪式感的休息”“每天至少要有三十分钟独处时间”等等。此外，在书中，她还特别提到女性如何挖掘潜能，打造属于自己的IP，掌握更多的主动权，“乐观、勇敢、独立，做自己的女霸王”。

在《向前：新女性的IP打造》序言中，张丹茹写道，作为两个男孩的妈妈，自己“真正开始觉醒是生完孩子后，我在想怎么样能够成为孩子的榜样，在儿子对外讲到他妈妈的时候会很骄傲。于是我开始不断地探索，开始去努力尝试。事实证明，这样的动念特别好，我会把一些好的行为传达给孩子。”

情绪对人的存在非常重要，好的状态离不开好的情绪。张丹茹说，“遇到过形形色色各种优秀的人，也看到很多人间疾苦，我发现其实自己还蛮幸福。所以我得出的结论是，要花更多时间去探索更精彩的人生，要花更少的时间去生气、去内耗自己。当发现自己很容易生气，觉得全世界都是问题的时候，应该问问自己，是不是自己的世界不够大，自己的爱意太少了？总之，当你的世界变大了，你的问题就会变小。”

封面新闻记者 张杰

讲述上世纪八十年代爱情故事  
《蜀葵1987》带你感受不一样的上海

作为中国城市化程度最高的城市之一，上海的各式各样的人物，人的成长与情感，生命中的偶然与必然等元素，自然也经常成为文艺创作的重要灵感感和素材来源。不管是张爱玲、王安忆的小说，陈丹燕的散文，还是《花样年华》《上海滩》这样的电影，都在表达着上海的百态。最近王家卫导演、胡歌主演的剧集《繁花》上线预告片，再次让人感受到浓浓的沪上风味。

青年作家禹风的长篇小说《蜀葵1987》，对20世纪80年代的上海做了一次文学的回溯与重构。小说借由一位男生与不同家庭背景的上海女性所发生的感情纠葛，巧妙地编织了一幅富有时代气息的上海画卷。笔墨席卷上世纪80年代上海知识分子、技术工人阶层、商界人士、海外背景家庭及公务员等群体，呈现了一个时代的风俗和气息。与“伤痕文学”迥异，这本小说着重展现的是当时处于青春成长期、而后走向世界的那一代上海人的城市记忆。

书写上世纪80年代上海独有的美

禹风是土生土长的上海人，复旦大学学士，巴黎高等商学院硕士。《蜀葵1987》表面是写青春和爱情，但其背后却有着超越个人感情之外的东西，指向上海这座城市的特点、上海人的性格、上海的历史、上海跟世界的关系等。

评论家何同彬在序言中说，禹风的上一部长篇《静安1976》被他自己命名为一种“怀旧小说”，通过几名小学生的童年视界，怀念1970年代末上海弄堂里小市民热闹、卑微、局

促、平庸的日常生活。新长篇《蜀葵1987》可以视作他把怀旧的时空顺延到1980年代，小说的主人公成长为高中生和大学生，该书聚焦于他们的青春、爱情、成长和选择，因此从延续性上来看，这部作品也可以题为“圆舞浜1987”。

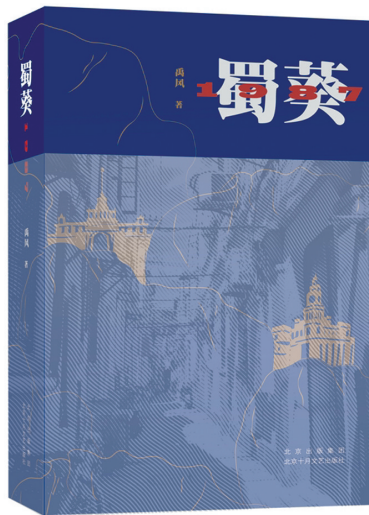
近日，在该书分享会上，作家石一枫从不同的角度分析了这部小说，比如《蜀葵1987》写到了好几种爱情形态，有少男少女纯真的爱情，有师生间以精神性为主、不平等的感情，也有物质环境下的爱与欲望。小说中的女性各有各的形象，各有各的命运，有点像微缩版的沪上十二钗，小说书写的那个时代的上海美人，有上世纪80年代独有的上海女性美。

描写了上海人独特的做事风格

作为一个土生土长的北京人，石一枫在《蜀葵1987》中读到了上海人独特的做事风格，“上世纪80年代，其实全部中国人都面临着新的生活方式，面对开放、面对突然而来的机会，每个地方的人表现真是不一样。就我所知，那个时候很多地方的人面对新变化是懵的，并不像这个小说里的上海人那样迫切、渴求，立刻知道自己要做什么。书里的那些女孩子，在爱情上是迷惘的，但是在人生选择上她知道要做什么。于是，我们可以看到一个城市的人的性格，也让我们更深入地认识上海人，认识上海这座城市。”

石一枫还谈到了文学和时代的关系，“我们看上世纪五六十年代的文学作品，或者看别的时期的作品，恋爱成功的典型很多，像《小二黑结婚》那种经典的感情小说，恋爱都会有一个完美的结局。但是，在我印象里，1980年代的文学永远是和一次次痛彻心肺的失恋相连。记得《当代》杂志发表的被拍成电影的《1980的情人》，是写北京三里河地区的，相当于上海的静安，也是讲那个年代几个北京年轻知识分子，也描写了痛彻心肺的失恋。这是很有意思也值得探讨的话题。王朔写的《永失我爱》《空中小姐》《一半是火焰一半是海水》等等也是代表。”

封面新闻记者 张杰



《蜀葵1987》