



天天娱评

□张莹

第31届上海电视节白玉兰奖落下帷幕，杨紫凭借《生命树》中的白菊一角，成功斩获最佳女主角奖，成为白玉兰奖史上首位“90后”最佳女主角。那一夜，星光灿烂，杨紫泪流满面，感谢了很多人，但她最应该感谢的是她自己。

“用极致努力突破自我”，那个《家有儿女》中的优等生夏雪，终于用20余年的时间，成了演艺优等生。坚守、专注、深耕，用作品说话，杨紫肉眼可见地努力，努力得心无旁骛。

杨紫童星出道，演艺履历贯穿了国产剧二十余年的发展历程。1999年，年仅七岁的杨紫出演《如此出山》，以小配角正式踏入演艺圈，在她的童年时光里，常年奔波于各个剧组，客串龙套、小角色，直到十二岁时，《家有儿女》中的夏雪让她一夜爆红，凭借灵动自然的演技、鲜活讨喜的荧幕形象，成为不少观众的童年记忆。

爆红是光环，也是困境，有一位过来人说，娱乐圈有一种魔力，一旦你进去了就不想出来了，这是很多童星最后都走上了演艺道路的原因；另一方面，这条路不好走，不但需要亮眼的外形，还要有更多的努力。

成年后的杨紫，一度深陷“童星滤镜难突破”的困境，戏路受限、资源受限，甚至面临无戏可拍的窘境。为打破标签，她主动跳出舒适圈，摒弃甜美乖巧的少女形象，不断尝试多元角色。从都市甜宠剧、现实情感剧，到硬核现实题材剧，她不断拓宽演技边界。

杨紫终于在《欢乐颂》中再次让自己跻身一线女明星行列。邱莹莹是她演艺生涯的转折点，也是被观众认可的转折点——



这是一个并不讨喜的角色，恋爱脑、情商低、情绪化，杨紫对这个人物形象的塑造非常完整，从莽撞冲动，到跌倒爬起，带着顽强的生命力。她让这个人物外放的冲击力拉满，情绪直白滚烫，让观众共情。

自此，杨紫成为流量明星，《香蜜沉沉烬如霜》《亲爱的，热爱的》《女心理师》《长相思》，有人说，和杨紫搭戏的男演员都火了，“香蜜”的搭档邓伦，“亲爱的”的搭档李现，“长相思”的搭档张晚意，“余生，请多指教”的搭档肖战，说明杨紫的能托住对手，戏份做足。今年年初的《生命树》和刚刚播完的《家业》两部大戏，对杨紫来说格外重

# 突破自我的杨紫



要，而她正是凭借突破以往的《生命树》中白菊一角，捧得白玉兰奖。

极致自律、拼命付出，是杨紫对待演艺事业的态度。拍摄《生命树》时，为诠释好白菊的坚韧与质朴，杨紫开启了全方位的角色适配改造。她主动剪去长发、刻意减重，褪去精致偶像感，贴合基层警察的朴素质感。剧集全程在高海拔的可可西里实景拍摄，188天的拍摄周期里，她长期承受严重的高原反应，头晕缺氧、睡眠不足成为常态，直至杀青仍未适应高原环境，却全程零懈怠、零请假，坚持完成所有高难度实景戏份。



剧中大量户外巡山、雪地跋涉、应急救援的戏份，条件艰苦，动作强度大，杨紫全部亲自上阵，不用替身、不找捷径，精准拿捏角色的坚毅果敢与温柔细腻，将平凡英雄的责任与温度演绎得淋漓尽致，让白菊一角立体鲜活、真实动人。

成为第一位“90后”白玉兰奖最佳女主角，杨紫的未来更应用演技和作品说话，希望她给“90后”、“00后”同行带个好头，不必磨皮，不必容貌焦虑。领奖台上，杨紫眼含热泪，哽咽感言：“人生没有白走的路，每一步都算数。”这句朴实的话语，是她二十余年演艺之路的真实写照。

□李百晓 王熙蕾

# “慢”下来的微短剧

在微短剧市场日渐滑向“三秒一反转、五秒一冲突”的流量竞速时，山东出品的《呼叫！医生姜天才》显得有些特别。这部国内首部口腔医疗题材的微短剧，20集、每集约十五分钟，打磨了近一年才上线。它的“慢”本身就是一种态度。这部作品展现出的艺术自觉，让人看到微短剧不必是快消品——在方寸诊室之间，同样可以承载关于成长、共情与职业尊严的厚重叙事。

扎根现实生活，描摹真实行业生态，是这部微短剧最鲜明的创作底色。作品以青年医生姜天才的成长蜕变为主线，同时铺展科室内外多位医护人员的职业群像。在一次次的问诊、协作与彼此支撑中，共同拼贴出医疗行业真实、复杂且有温度的职业生态。整部作品以生活化的叙事节奏描摹医疗职场日常，细致还原问诊检查、医患沟通、临床诊疗等真实工作场景，用温和质朴的镜头语言展现医务工作者的工作状态、职业坚守与人文善意。

剧集在现实场景的拍摄上也在追求真实感。全剧大量取景于真实的医院环境，适配度高的专业医疗实景，为剧集打造了真实鲜活的视听效果。导演对自然采光的重视和对空间布局的细腻捕捉，使医院的走廊、诊室、手术室不仅仅是故事发生的背景，更成为人物情绪流动的容器。当镜头缓缓掠过医院走廊的昏黄灯光，或定格于诊室窗外的小城天际线时，一种“小城烟火气与医疗温度”交织的氛围便油然而生。这种将纪实美学与表现主义手法并置的视觉策略，使得该剧在保持医疗题材应有的真实质感的同时，又不乏艺术表达的灵动与想



象。微短剧的叙事法则，通常被概括为“三秒定生死”——它要求创作者在最短时间内建立钩子，用高频的信息量持续刺激观众。但《呼叫！医生姜天才》的创作者在处理职业主线与情感副线时，采用了一种“变速”策略：在涉及手术方案抉择、医疗纠纷等强情节段落，剪辑凌厉，对白机锋毕露，精准契合了短剧受众对“爽感”的期待；而在刻画姜天才与患者交流、与小镇居民相处的场景时，镜头却愿意多停留几秒，适度

地“慢”下来，捕捉人物微表情的松动与眼神的变化。

这种节奏上的“呼吸感”，是这部剧在形式探索上最值得称道之处。例如，剧中多次出现姜天才会在深夜独自返回诊室，对着颌骨模型沉思的镜头。这些段落没有台词，只有窗外小城的夜色与室内孤灯的相对，它们像是一首乐曲中的休止符，为密集的医患故事提供了情感沉淀的容器。观众得以窥见，姜天才从最初那个只信奉“手术刀能解决一切”的技术至上者，到后来能够

主动为贫困患者优化治疗方案、甚至关注术后心理康复，这种转变并非依靠口号式的顿悟，而是在无数个这样的寂静夜晚、在一次又一次与平凡患者的琐碎沟通中，悄然完成的。叙事节奏的张弛有度，让这条成长弧光显得尤为真实可信。

值得注意的是，该剧在叙事结构上采用了双线并行的方式：一条线围绕姜天才在医院面临的医学挑战展开，另一条则深入其个人生活中的情感纠葛。两条线索相互交织、彼此映照，既丰富了故事的层次感，也使职业成长与个人救赎的主题得以立体呈现。这种结构上的用心，与一般拍摄一星期、制作两周就上线的微短剧完全不同——该剧耐心打磨了近一年时间，这种制作态度本身便是一次有效尝试。

在艺术表达之外，健康科普的创新融合是作品最具突破意义的创作亮点。本剧依托影视叙事优势，将晦涩专业的口腔医学知识无痕嵌入剧情发展，把日常护牙方式、智齿诊疗规范、口腔疾病预防、就医科普等实用知识，融入诊疗对话、病例分析、生活场景之中，实现沉浸式、伴随式知识传播。轻量化的剧集结构，轻松治愈的轻喜剧叙事风格，适配移动端碎片化观看模式，让观众在追剧娱乐的过程中潜移默化吸收健康知识，真正实现娱乐性、知识性、实用性的有机统一。

（李百晓为山东女子学院传媒学院教授，河北传媒学院硕士生导师，山东省签约艺术评论家；王熙蕾为河北传媒学院影视艺术学院硕士研究生）