

# 短剧也面临“倍速”威胁？

手机屏幕的微光中，3分钟“逆袭”剧情飞速轮转，作为快节奏时代的文化产物，微短剧以碎片化、高爽感的特质迅速填补大众娱乐空白，但如今也面临“看短剧开倍速、依赖解说版”这样长剧曾遭遇的问题，这倒逼行业从1.0时代的粗糙快餐化向3.0时代的精品化转型。采访中，短剧从业人士对记者表示，这场变革的核心，在于在效率与深度、情绪与情感之间找到平衡。

## 1 面临“倍速”威胁？

微短剧的爆发，是技术赋能与市场需求共振的必然结果。它打破了传统影视行业的高门槛壁垒，一部手机、一个创意即可完成创作传播，让无数普通人实现影视梦想，堪称“庶民的胜利”。这种草根性激活了创作活力，催生了涵盖剧本孵化、拍摄制作、平台分发的完整产业链，不仅创造大量就业岗位，更成为地方文旅出圈的新引擎，为文化产业注入新鲜血液。

更核心的吸引力，在于其对现代人生活状态的精准适配。通勤间隙、工作之余、睡前片刻等碎片化时间里，人们亟需无需复杂铺垫的“情绪解药”。这种高浓度情绪补偿，无需观众投入过多时间脑力，推动短剧从边缘赛道跻身主流娱乐市场。

初期市场中，1.0倍速是观众默认选择，作品虽制作粗糙，但节奏张弛有度，能满足沉浸式体验需求。然而，随着市场扩张，“逆袭”“甜宠”“复仇”等套路被无限复制，一个爆款催生数十部跟风作品，同质化让观众“爽点耐受度”持续提升。为跳过冗余铺垫，1.5倍速成为主流，2.0倍速甚至解说版逐渐流行，倍速播放从可选功能变为行业新常态。

这一现象背后，感官“通胀”正不断拉高观众刺激阈值，创作者陷入“爽点内卷”，将“每十秒一个反转”奉为圭臬，过度强化冲突、放大情绪。长期沉浸这种高强度刺激，观众对复杂情感、细腻叙事的耐受性逐渐降低，如同习惯重口味后难品清茶回甘；而短剧构建的“非黑即白、即时报复”的简单世界，也可能削弱观众面对现实挫折的韧性。创作“降维”则让行业陷入创新困境，古典戏剧的“起承转合”、文学作品的人性刻画，在短剧流水线上被简化为流量公式，部分作品人物工具化、标签化，反派强行降智，情节脱离现实，悬浮感严重，让短剧沦为纯粹的神经刺激，丧失叙事深度与艺术价值。



## 2 爆款的诞生是苦干套路久矣

面对市场变化与观众需求升级，短剧行业唯有从“流量至上”转向“内容为王”，以精品化突破发展瓶颈。《盛夏芬德拉》《家里家外》等爆款证明，观众对悬浮俗套内容已“腻了”，尊重智商、情感与审美，才是可持续发展的关键。

创新是内容行业的生命线，有短剧从业者告诉记者，爆款出来后，这反而成为我们要规避的题材，行业需跳出“跟风爆款”的舒适区，在全环节推动创新。在题材上挖掘女性成长、家庭温情、职场困境等现实议题，摆脱对固有套路的依赖；好的编剧依旧稀缺，创作上加大原创孵化力度，以差异化竞争替代同质化复制，主动制造流行而非追逐流行。

单纯的情绪刺激难以长久打动人心，精品化需转向“高情感浓度”创作。采访中，许多人告诉记者，因为《盛夏芬德拉》入坑短剧了，以往从来不看的。同样是讲霸总爱情的《盛夏芬德拉》为何能出圈，被称为文艺感十足，不刻意制造强冲突，而是通过细腻刻画引发共鸣；《十八岁太奶奶驾到》在爽感之外融入亲情与家国情怀。创作者需以真诚态度对待作品，将自身情感投入其中，让故事既有娱乐性，又有打动人心的持久力量，实现从“即时爽感”到“长久回味”的跨越。

人物是故事的核心，精品化要求摆脱标签化塑造。需像打磨长剧一样，为角色构建完整的原生家庭、成长

背景与性格逻辑，展现人性的复杂多面性。主角与配角都应“立得住”，行为逻辑与价值观保持统一，让观众能代入角色悲喜，产生深度情感连接。《盛夏芬德拉》的成功，正是源于白清枚、周晟安等鲜活立体的人物形象。

动不动甩出一张黑卡，男主干的全是违法乱纪的事儿，脱离生活的悬浮剧情是行业主要诟病点，精品化需让作品回归现实。策划阶段聚焦当下社会议题，打造短剧版现实题材；剧本创作取材现实生活，挖掘普通人的喜怒哀乐；拍摄时采用生活化场景，服化道贴合角色身份；提升演员演技，用自然张力的表演弥补高倍速下的情感传递不足，让观众产生“身临其境”的代入感。

## 3 从“流量红利”走向“品质红利”

最近，追短剧的不少观众发现，出现了不少“细糖”，比如情节发展不只是靠反派推进，确实行业正在向精品化方向迈进。《太奶奶》出到第三部了，《家里家外》第二部也要开播了，短剧厂牌听花岛主创告诉记者，爆款诞生的背后，其实是观众对于套路化创作不满的累积，粗制滥造的作品终将被淘汰。创作

者需在迎合市场与坚守艺术间找到平衡，沉淀“新叙事智慧”，既拥抱快节奏传播的特点，又不放弃精神追求，用短小篇幅承载深刻内涵。观众则需在享受“文化快餐”的同时，保有对深度内容的品味与需求，为思考留出空间，避免陷入“爽感依赖”。

倍速时代，短剧的核心魅力始终

是“用最短篇幅传递最真挚的情感与故事”。当行业能在速度与质感、效率与深度之间找到平衡，既能满足即时需求，又能提供长久共鸣，便能从“流量红利”走向“品质红利”，成为文化生态中富有活力的组成部分，在快节奏时代书写属于自己的精彩篇章。

据中青网

# 执教兰州陇原竞技8轮不败 于远伟当选中乙10月最佳教练



于远伟

11月26日，2025中乙联赛10月最佳教练揭晓，兰州陇原竞技原主教练于远伟以93分的总分当选。今年10月的中乙联赛，于远伟执教的兰州陇原竞技取得三战全胜的佳绩，三场比赛共打入6球且一球未失，成为当月联赛仅有的两支全胜球队之一，也是唯一保持零失球的队伍。根据联赛官方数据，于远伟在媒体评委投票环节获得6张第一顺位选票和1张第二顺位选票，最终以93分荣膺这一奖项。

1974年出生的于远伟1994年随山

东泰山队参加首届甲A联赛，1995年夺得足协杯冠军，后效力前卫寰岛、厦门红狮并获2002年甲B冠军，2004年回归泰山队获中超亚军及足协杯冠军后退役。2009年起执教济南业余，2012年进入山东鲁能足校，率队斩获全国U15、U17、U19及U21联赛等十余项青少年赛事冠军。2024年任重庆铜梁龙主教练，带队获中甲第五名。

2025年6月，于远伟出任兰州陇原竞技主教练，当时球队在前12轮仅积10分，位列北区倒数第二。在他的带领下，球队通过战术革新重构防守

体系，并在赛季收官阶段打出8轮不败的出色表现。在他执教期间的18场中乙联赛中，球队取得8胜6平4负的战绩，最终以10胜10平10负、积40分的成绩位列联赛第13名，提前三轮完成保级目标。

本赛季，兰州陇原竞技经历多次主帅更迭，从赛季初的韩国籍主教练辛弘基，到代理主教练宋文奎，再到于远伟接任。11月11日，兰州陇原竞技足球俱乐部宣布，于远伟自即日起不再担任一线队主教练。

奔流新闻·兰州晨报首席记者 张鹏翔