

# 首届全国小戏小品展演“非常有戏”

共计56个作品组成12台演出 以小见大,见微知著

● 长沙晚报全媒体记者 郑湘平

首届全国小戏小品展演将于10月16日至28日在长沙举行。展演从全国申报的160多个作品中遴选出42个作品,加上文化和旅游部实施的“全国舞台艺术优秀节目创作扶持计划”的14个入选作品,共计56个作品组成12台演出,演出将分别在梅溪湖大剧院、湖南戏曲演出中心、长沙实验剧场举行。

## 清风正气充盈传统戏曲舞台

小品《青春典当行》、京剧《信仰的味道》、皮影戏《为了明天》等作品,通过以小见大、见微知著的艺术魅力,让广大观众回顾红色历程、重要事件,感悟生活中的酸甜苦辣,体悟生命中的平凡和伟大,凝聚奋进新时代的信念和力量,让“小而美”“小而精”的艺术成果进一步发挥示范引领作用。

由常德市汉剧高腔保护传承中心演出的常德汉剧《花式感恩》,讲述的是面对古玩商的“花式感恩”时,家中急需用车的住建局局长余致远分分计较,借酒消愁。醉梦中,他看见想法截然不同的历史人物与他对话。

舞台上,演绎了此刻余局长脑海里的景象:一边是大贪官和珅,一边是公正严明的包拯。挣扎思考过后,他选择了坚守初心。

“提灯定损”一度成为网络热词,租房人退房时,房东提着灯仔细查看,吹毛求疵,霸道索赔的新闻事件引发众怒。

邵阳花鼓戏《提灯正传》则反其道进行演绎。同样是年轻夫妇退房时遭遇房东老夫妇“提灯”检查,只不过舞台上接下来却发生了“戏剧性”变化。原来提灯定损的老夫妇此刻是为了自己出钱修缮旧屋,好让租客能够安心顺畅居住。老夫如此善操作虽然“吓坏宝宝”,但却更让“宝宝”大受感动。

主办方将结合演出活动,开展“一场一评”,组织专家与创作演出单位负责人和主创人员进行座谈,促进作品打磨提升。组织举办专题研讨会,邀请业内专家学者、艺术家、院团管理者、媒体代表等,围绕现实题材小戏小品创作等主题进行深入研讨,梳理总结近年来小戏小品创作演出的成功经验,思考存在的问题和不足,为文艺创作者尤其是基层文艺创作者提供新思路,在进一步加强文艺理论评论工作的同时,引导文艺创作方向,促进小戏小品创作演出更好满足人民群众对美好生活的向往。



邵阳花鼓戏《提灯正传》。资料图片

## 为青年戏剧人搭建平台

戏剧要发展,关键在人才,特别是青年创作人才。本届展演将集中展示28个省份的优秀作品,包括小戏曲、独幕剧、小话剧、小品等。其中,戏曲剧种包含湘剧、汉剧、上党梆子、黄梅戏、锡剧、豫剧等,展现了我国戏剧艺术的多样性和丰富性。展演为青年戏剧人提供成长空间,通过小戏小品的交流互鉴,帮助更多的戏剧人才脱颖而出。

湘剧《大归》讲述的是中国妇女运动先驱、湖南衡阳人唐群英的传奇故事。

本届展演参演作品题材风格多样,彰显艺术品种、剧种特色,富含生活气息和时代精神,显示出小戏小品工作者的创作活力,比如传承中华优秀传统文化的小话剧《方寸里的中国画》,表现民族团结的藏戏小品《我们都是一个人》,弘扬革命文化的满族新城戏《小英雄雨来》,揭露电信诈骗、具有现实警示意义的京剧《捂紧你的钱袋子》等。

由湖南省京剧保护传承中心报送的京

在丈夫和女儿去世后,唐群英决心打破封建礼教的束缚。她不愿成为寡居的“空头节妇”,渴望成为自由翱翔的“山鸟”,迎接风云变幻的时代。她通过史书找到依据,毅然选择“大归”,与丈夫决裂,坚定地走向自由与独立。

在舞台上,用剪影的形式来体现特定人物,体现氛围的压抑和对演员极强的压迫感,为演员后续的行动做铺垫,体现其反差。同时,剧中用大段的台词、唱段在保留戏曲念白的基础上,融合了话剧特点的表达,让

## 用更多精品回馈人民

剧《一封家书》,刻画了在艰苦卓绝的革命斗争中,湖南某游击队队长刘湘英被捕入狱。面对敌人的严刑拷打和威逼利诱,她拒不写脱离革命组织的公开信。虽身处狱中,刘湘英却巧用计策,让前来探视的姑妈带出了“一封家书”,挫败了敌人的阴谋。

湖南省花鼓戏保护传承中心的长沙花鼓戏《审猫》讲述了两位空巢老人的故事:王姨和王叔准备来场黄昏恋,奈何王

姨情绪更加饱满,节奏更加紧凑,情感更真实。

在《大归》中,除主角唐群英由长沙市湘剧保护传承中心青年演员周帆担纲外,饰演曾传纲的李宏琪、饰演曾老爷的申杨,以及饰演一众“影子”的李奕珠、赵雅杰等,都是年轻演员。

把传统的特点保留下来,让青春的力量蓬勃起来。在小戏小品展演的舞台上,让更多青年演员去展示,在传承发展老中青结合,促进戏剧舞台出精品、出人才,通过舞台的打磨,在小作品中呈现新时代的气象。

嫉驰的“猫主子”吓到了赵老信的“鸟主子”,两人围绕猫进行了“审问”和“申辩”。幽默表达的背后是社会步入老龄化后所面临的窘境,发人深省。

据了解,本届展演实行惠民票价,并采取线上线下结合、演出直播并举的形式,全程同步线上直播参演作品,促进小戏小品艺术传播提质增效,推进传统文艺与网络媒体创新融合。

## 健康

责编/杨云龙 美编/何朝霞 校对/肖应林



漫画/何朝霞

## 多让孩子自由表达内心想法和感受

在胡文静看来,许多不同心理问题的孩子有着相似的家庭环境。一个和谐、温暖、充满爱的家庭,能为孩子提供坚实的心理支持,成为他们抵御外界压力的避风港。而一个不和谐的家庭氛围、过高的期望、过度的批评等,有可能常常让孩子陷入焦虑和恐惧之中,给孩子带来心理创伤。

比如,父母频繁争吵,孩子会感到极度不安,他们可能会认为是自己的过错导致了父母的矛盾,从而产生强烈的自责情绪。长期处于这种紧张的氛围下,孩子容易出现睡眠障碍、注意力不集中等问题,甚至可能发展为焦虑症或抑郁症。

“过度的批评同样会对孩子的心理造成巨大伤害。”胡文静发现,有些家长在教育孩子时

## 家长如何早期发现孩子的心理问题?

“良好的亲子关系,孩子一定愿意和家长分享自己的感受。”胡文静表示,家长可以从以下几个方面发现孩子的心理问题:

关注孩子的情绪变化。如果孩子突然变得容易发脾气、爱哭、情绪波动大,或者长时间情绪低落,就要引起重视。

观察孩子的行为变化。比如睡眠和饮食习惯改变,成绩突然下降,对以前喜欢的活动失去兴趣等。

注意孩子的言语表达。经常抱怨、自责、表达无助感等,比如经常说自己很累、不想上学、觉得活着没意思等。如果发现孩子出现以上情况,应及时关注并寻求专业帮助。

如果孩子出现心理问题,家长首先要保持冷静,不要惊慌或责怪孩子;要与孩子进行坦诚沟通,倾听孩子的感受,让他们知道自己被理解和支持。

缺乏耐心和正确的方法,总是批评孩子的不足,而忽视了他们的努力和进步。这样的教育方式会让孩子觉得自己一无是处,逐渐失去自信,变得自卑、敏感。他们的关爱、理解和支持,能让孩子感受到自己是被接纳和重视的。在这样的家庭中成长的孩子,往往更加乐观、开朗,具备良好的心理调适能力。他们在面对困难和挫折时,能够勇敢地面对,积极地寻找解决办法。

相反,一个充满爱的家庭能够给予孩子足够的安全感和自信心。父母与孩子之间保持开放、平等的沟通,能够让孩子自由地表达自己的想法和感受。父母的关爱、理解和支持,能让孩子感受到自己是被接纳和重视的。在这样的家庭中成长的孩子,往往更加乐观、开朗,具备良好的心理调适能力。他们在面对困难和挫折时,能够勇敢地面对,积极地寻找解决办法。

“学校在儿童青少年心理健康教育方面也有着至关重要的作用。”胡文静建议,学校可以通过开设心理健康课程、举办心理健康讲座、开展心理辅导活动等方式,让孩子们了解心理健康知识,为有需要的学生提供心理咨询服务,帮助孩子们学会应对压力和管理情绪;组织丰富多彩的课外活动,培养学生的兴趣爱好和团队合作精神,减轻学习压力;同时,学校还可以建立心理健康档案,老师要及时发现问题并与家长沟通合作,增强学生的心理健康意识,提高他们的心理调适能力。

保持愉悦心情。除了生理因素外,心理因素也可能影响腰痛。假期后,面对工作和生活的压力,要学会调适心态,保持愉悦的心情,有助于缓解疼痛。

当腰痛症状持续加重,如出现下肢麻木、刺痛感,肌肉无力、胀痛或肿胀时,应及时前往医院就诊。医生会根据具体情况给出专业的诊断和治疗建议,避免错过最佳治疗时机。

合理膳食。保持饮食清淡,多摄入富含蛋白质、维生素和矿物质

## 金鹰电视艺术节 18日在长开幕

长沙晚报10月11日讯(全媒体记者 宁莎鸥)今日,记者从湖南卫视获悉,第15届中国金鹰电视艺术节将于10月18日在长沙开幕。

本届大会立足“艺术的盛会、人民的节日”,将精彩呈现第15届中国金鹰电视艺术节开幕式文艺晚会、新时代电视和网络视听艺术

高质量发展研讨会、“追寻文脉、对话青年”文艺工作者进校园活动、金鹰奖提名荣誉暨优秀论文论著颁授典礼、第32届中国电视金鹰奖颁奖典礼暨第15届中国金鹰电视艺术节闭幕式晚会五大主体活动,届时,将揭晓第32届中国电视金鹰奖最佳电视作品以及最佳编剧、导演、演员、主持人等奖项。

## 国家一级馆传播力榜单发布

## 长沙简牍博物馆 多项排名靠前

长沙晚报10月11日讯(通讯员 管震 全媒体记者 任波)近日,中华文物交流协会与中国文物报社联合发布《2023年度国家一级博物馆传播力研究报告》,长沙简牍博物馆以其在传播内容、传播覆盖力、传播互动力、传播影响力等方面的优秀表现,在2023年度国家一级博物馆传播力榜单的多个榜单中排名靠前。

其中,综合排名第25位,传播内容力排名第33位,传播互动力排名第14位。

长沙简牍博物馆是国内首座功能完备的简牍类专题博物馆,构建了多元化的传播矩阵。其中《听见简牍》系列节目聚焦中国简牍文化精华,以线下“亲子对话+专家解读”、线上“情景剧+简牍故事”的方式,讲述简牍的考古发现、形制功用、思想内涵以及生动有趣的简牍故事,让书写在简牍里的文字“活

起来。该项目获评中国文物学会2022年度“全国文博社教十佳案例”。

宣传片《我从简中来》入选国家文物局、中央网信办2024年度“中华文物新媒体传播精品推介项目”。教育项目《竹木载文明》活动让公众在轻松愉快的氛围中了解简牍文化,自2009年启动至今,已深入校园送课堂700余节,参与人数近6万人。该活动荣获“中国博物馆青少年教育课程优秀案例推介展示活动”优秀教学设计奖。AR书籍《吴简的世界》《简牍诞生记》《渔阳探寻记》等数字化教育资源,则为观众提供了更加多样化的学习方式和体验。

据悉,长沙简牍博物馆当下正在建设“中国简牍信息数据库”项目,旨在通过信息化技术和数字化手段,实现对简牍文物的精确复制和数字化保存。



三湘名医在线

## 家庭多些“松弛感” 孩子更勇敢面对困难和挫折

专家提醒,心理健康问题出现低龄化,学业压力大是一个重要的诱发因素

● 长沙晚报全媒体记者 徐媛 通讯员 姚家琦 实习生 丁子鸣

刚刚过去的10月10日是世界精神卫生日。前段时间,某医院儿童精神科门诊深夜排队的新闻在网上引发广泛关注。为什么小小年纪就得了抑郁症?青少年心理健康问题该如何预防?湖南省儿童医院心理健康门诊主任医师胡文静在日常的临床工作中,深刻地认识到家庭对儿童青少年心理健康的深远影响。家长过度“鸡娃”,不一定能如愿以偿,可能伴随的是孩子成长中持续的心理问题。竞争意识强烈和过度严格的家庭,教育需多些“松弛感”。

## 9岁女童每日写作业到深夜,患上情绪障碍

小学3年级女孩芮芮(化名)因为渐渐不爱讲话,时常一个人自言自语,看着人傻笑等异常情况,住进了湖南省儿童医院神经内科病房。

“我想让女儿好好读书,平时比较严格,没想到孩子出现了这样严重的心理问题。”得知芮芮被诊断为童年情绪障碍、社交障碍和选择性的缄默症,芮芮妈妈刘女士无法接受。

胡文静给芮芮进行了详细的心理评估和诊疗,也和刘女士进行了深入沟通。刘女士告诉医生,她在广东打工,芮芮平时由外公外婆照顾,外婆脾气暴躁,有时芮芮做错事会被责骂。刘女士执着于芮芮的成绩,对她的学习异常严格,课外时间放在托管班由老师辅导管教,寒假、暑假、节假日全部安排了满满的学习,9岁的芮芮每天晚上必须学习到11时。

“芮芮的遭遇并非个例,孩子的精神问题与家庭氛围的紧张和学业任务的繁重有着千丝万缕的联系。”胡文静介绍,不久前她曾接诊过一个类似的孩子,父母都是高学历人士,对孩子的学习成绩寄予厚望。孩子每天都在高强度的学习压力下度过,最终不堪重负,出现了严重的焦虑症

状。在就诊的儿童青少年中,学业压力导致的心理健康问题越来越突出。经过个性化的治疗,包括心理治疗、家庭干预和必要的药物治疗,芮芮情绪已逐渐好转。

除了学业压力过大,当前儿童青少年心理健康面临的主要问题还包括社交焦虑、电子产品过度使用、家庭环境不稳定等。学业压力过大可能导致孩子出现焦虑、抑郁等情绪问题;社交焦虑会影响孩子的人际交往能力和自信心;电子产品过度使用可能引发网络成瘾、注意力不集中等问题;家庭环境不稳定则会给孩子带来心理创伤,影响心理健康。

为什么越来越多的儿童青少年出现心理问题?胡文静分析,首先,社会竞争日益激烈,学业压力不断增加,孩子们面临着更高的期望和要求;其次,现代生活节奏加快,家庭和学校的关注更多集中在学习成绩上,忽视了他们的心理健康;电子产品的普及和社交媒体的发展,也给孩子带来了新的挑战,如网络成瘾、社交隔离等;家庭环境、亲子关系等因素也对孩子的心理健康产生重要影响。

## 假期后,腰痛来“捣乱”?

及时就医对症治疗,调整生活习惯,合理饮食和作息,适度运动

长沙晚报10月11日讯(全媒体记者 杨云龙 通讯员 李星玉)近日,小刘开车带着全家人自驾游,车一开就是几个小时,塞车情况下,甚至一坐就是十几个小时……回家后,小刘发现自己的腰突然不能动了,弯腰痛、起身也痛,右腿发麻。随后,小刘前往医院就诊,被诊断为腰椎间盘突出,是长时间驾驶“惹的祸”。

假期后,长沙各大医院接诊多例因腰痛就医的病患。湖南省中西医结合医院(湖南省中医药研究院附属医院)骨伤二科(脊柱外科)负责人冯帅华副主任医师表示,不少人由于活动量的急剧增加,如长时间行走、驾车、久坐或提行李等重物,给腰部带来不小的负担,导致假期后腰痛疾病的发生。

出现腰痛不适,该如何应对?冯帅华建议大家注意以下几个方面:

热敷与按摩。热敷能改善局部的血液循环,对痉挛的肌肉有松弛作用,减轻疼痛,可以使用热毛巾或热水袋敷在疼痛部位。简单的自我按摩也能有效缓解腰痛,如用双手轻揉腰部肌肉,或用手按压腰部穴位等。

合理膳食。保持饮食清淡,多摄入富含蛋白质、维生素和矿物质

的食物,如蔬菜、水果、全麦面包、瘦肉等。避免过度食用大鱼大肉、油腻食物等。

充足休息。保持充足的睡眠时间,避免过度劳累。合理安排工作与休息时间,避免长时间连续工作。优质的床垫应不软也不硬,有助于保持脊柱的自然曲度,减少腰部的负担。

保持正确坐姿。回到工作岗位后,要时刻注意保持正确的坐姿,避免长时间弯腰或低头工作,可以使用靠垫来支撑腰部,减轻腰部负担。

适度运动。假期后,适当进行腰部锻炼,如五点支撑、瑜伽、慢跑等,有助于增强腰部肌肉力量,提高腰部柔韧性。但需注意,运动前要做好热身,避免运动损伤。

保持愉悦心情。除了生理因素外,心理因素也可能影响腰痛。假期后,面对工作和生活的压力,要学会调适心态,保持愉悦的心情,有助于缓解疼痛。

当腰痛症状持续加重,如出现下肢麻木、刺痛感,肌肉无力、胀痛或肿胀时,应及时前往医院就诊。医生会根据具体情况给出专业的诊断和治疗建议,避免错过最佳治疗时机。

合理膳食。保持饮食清淡,多摄入富含蛋白质、维生素和矿物质