

以情动人：微短剧中的情感叙事与温暖现实主义关照

——以《家里家外》为例

陈 矿¹ 姜文瑾¹

(1.成都大学 影视与动画学院, 四川 成都 610106)

摘要：在微短剧行业快速发展的同时，套路化、浅层化等问题依然存在，内容精品化转型已成趋势。《家里家外》以真实生活为基底，通过“去戏剧化”的情感表达与小家庭叙事，体现出数字流量下的时代质感；同时借助川渝方言、地域符号，营造出鲜明的地域文化质感，展现温暖现实主义的审美特质。其创作路径表明，只有坚持精品化路线，充分激活地域文化资源，微短剧才能在艺术价值与市场价值之间实现良性平衡。

关键词：微短剧；情感叙事；温暖现实主义

基金项目：南充青少年思想道德教育研究中心立项课题“新媒体时代影视剧碎片化传播对青少年价值观的形塑机制研究”（项目编号：NCQSN25C035）；成都市哲学社会科学研究基地民族民间艺术与成都世界文化名城建设研究中心资助项目“数字技术赋能川剧跨界融合与跨文化发展研究”（项目编号：MZMJYB2503）；南充市哲学社会科学重点研究基地—体育公共服务发展研究中心资助项目“体育电影身体美学与美育建构研究”（项目编号：NCTY24B01）；涪江流域职业院校思想政治教育创新发展研究中心项目“日常生活馔饮影像中华传统美学与隐性美育研究”（FJSY2024ZC01）的阶段性成果。

DOI: doi.org/10.70693/rwsk.v1i10.1477

近年来，微短剧作为短视频平台催生的内容形态，正经历从“流量驱动”向“内容为核”的转型。据《中国网络视听发展研究报告（2025）》显示，截至2024年12月，我国微短剧用户规模已达6.62亿人，使用率高达59.7%，显示出强劲的市场活力。然而，尽管微短剧热度持续攀升，其创作与传播过程中仍面临不少现实困境。一方面，从叙事层面看，大量作品依赖“重生”“复仇”“系统外挂”等套路，情节设置趋于极端，人物关系类型化严重，反映出个体主体性迷失、情感畸变等社会性问题^[1]；另一方面，从整体质量来看，微短剧作品数量虽多，但整体艺术水准偏低，内容同质、制作粗糙，深层文化表达与审美价值尚待提升^[2]。

一、情感真实的实现路径

在流量驱动的行业逻辑下，当前不少微短剧为了在短时间内抓住观众注意力，过度依赖“爽感”叙事与情绪反转，形成了快节奏、高刺激的情感表达模式。这种创作方式虽然具备即时的情感宣泄功能，却因情节设定过于悬浮、人物塑造趋于工具化而导致现实逻辑的溃退，叙事合理性与艺术价值双双受损^[3]。作品在不断复制“逆袭”

“复仇”等模式化套路的同时，也加速了观众的审美疲劳。与此形成鲜明对照的是，《家里家外》在创作上回避了强情绪的戏剧化渲染，而是以贴近生活肌理的细节叙事和内心流动的情感铺陈为核心，实现了由“去戏剧化”的情感表达到“情感—情怀”递进的双重探索。这种创作路径不仅让情感表达回归真实、克制与深刻，也为微短剧在情感叙事上的品质化转型提供了实践样本。

作者简介：陈 矿（1980—），男，博士，副教授，研究方向为影视文学

姜文瑾（2000—），女，硕士研究生，研究方向为影视传播

(一) 情感表达的“去戏剧化”转向：回归生活逻辑的真实感

在当前微短剧的创作生态中，“加速叙事”与“即时满足”成为常态——情节的推进高度依赖紧凑的剧情设计与高效的情感传递，通过瞬时情感体验契合观众的快节奏消费心理^[4]。然而，这种创作逻辑往往服务于短时间内的感官刺激，导致故事情感逻辑与生活经验的脱节，使作品更像是情绪宣泄的快消品而缺乏长久的情感共鸣。

当前微短剧创作普遍依赖高强度的戏剧冲突（如复仇、逆袭）制造“爽感”，通过密集的情绪反转刺激观众，而《家里家外》一反多数微短剧依赖情绪浓缩与冲突爆发的叙事策略，其情感表达的核心特征在于弱化外部冲突的强度，聚焦日常情境中的内在情感流变。这种转向并非消解矛盾，而是将人物关系的变化置于生活逻辑的真实轨道中，通过细腻的行为细节与克制的情绪处理实现情感传递。

例如剧中经典的“毛衣修补事件”便是情感真实表达的典型代表。蔡晓艳发现继女陈爽心爱的绿色毛衣已经变小，并且有了一个很大的破洞，便用粉色毛线续织修补。这一举动最初引发陈爽的抵触（因毛衣是生母遗物），但蔡晓艳并未强行覆盖原有记忆，而是在绿色毛衣的基础上，修补破损处，并用粉色的新线在下摆续织毛衣。告诉她“我只是替你妈妈继续爱你”，陈爽在邻居问起时回答“毛衣是妈妈打的”，暗示了情感的接纳。继女对继母从误会到接纳的桥段，既没有激烈语言对抗也没有夸张行为，而是在家庭场景中，通过“新旧毛线的交融”传递情感转向，使情感发展符合生活经验逻辑。

这种“去戏剧化”的表达并不削弱叙事的感染力，反而强化了作品的现实质感。正是通过这种贴近真实生活的情感生成方式，《家里家外》在微短剧的快节奏语境中，提供了一种更为克制、细腻而深刻的叙事可能，使观众在熟悉的日常中感知情感的真实与温度。

(二) 从情感到情怀：以小家庭映射大时代的生活图景

2024年底，国家广播电视台网络视听节目管理司司长冯胜勇提出，微短剧的表达路径应实现从“表达情绪”向“表达情感”再到“表达情怀”的迭代升级。这一观点为现实题材短剧创作提供了方向，也为《家里家外》实现叙事内核从情感真实向时代情怀的延展奠定了政策与审美的双重支撑。

《家里家外》剧集对时代情境的呈现十分鲜明。创作团队将故事背景与1981年那场特大洪水相连，既还原了历史记忆，也为剧中家庭关系的重组提供了现实隐喻：国家在灾后重建中重拾希望，两个支离破碎的家庭也在相互理解中缓慢构筑起新的秩序。导演杨科南曾直言，“大环境的重建对应小家庭的重组”，这一创作立意使情感表达与时代主题深度融合。

更广阔的时代画卷还通过多条生活线索展开。1978年，陈海清结束知青岁月返城，遇到了卖蛋烘糕的蔡晓艳；1982年南下广州的经历，让他见证个体经济的蓬勃发展；1983年冷冻机厂效益低下，蔡晓艳下岗。同年邵一帆被误诊为眼癌，急需十万元手术费的危机，让陈海清毅然辞去冷冻机总厂厂长职务，下海谋生；在经商过程中遭遇八万元投资被骗。这些叙事片段不仅真实再现了改革开放初期社会转型中交织的机遇与阵痛，也折射出普通人在时代洪流中的沉浮与抉择。

正因宏观的历史变迁与微观的家庭故事彼此呼应，《家里家外》得以突破传统家庭剧的叙事边界，呈现出带有平民视角的时代影像史诗。它的“情怀”不是抽象口号，而是通过历史温度、生活记忆共同生成的时代感——一种能被看见、能被感知、也能被铭记的集体情感记忆。

二、温暖现实主义的影像表达与情感关照

温暖现实主义“面向现实的困顿和艰难，甚至不回避现实的痛苦和不堪。但是解决问题的思路与办法是温暖的，阳光的，积极的，向上的，进取的和建设性的”^[5]。这种创作理念要求作品在如实反映现实生活矛盾的同时，提供一种能够修复、抚慰与激励人心的情感出口。《家里家外》作为典型的温暖现实主义微短剧，并未停留在对现实疾苦的揭露层面，而是在面对家庭困境与社会矛盾时，以积极温暖的方式给出回应。正是在“真实反映问题—温暖化解矛盾”的路径中，《家里家外》实现了对温暖现实主义创作精神的具体化呈现，为微短剧提供了一种兼具现实深度与人情温度的叙事范式。

(一) 现实关照：直面现实困境的温暖姿态

“一部作品要想成为‘温暖现实主义’的，必须首先是‘现实主义’的。‘现实主义’意味着要真实地反映现实生活中的问题、如实地呈现现实生活中人们的状况”^[6]。《家里家外》在创作中正是以现实主义为基底，通过面对家庭困境与社会问题的细腻刻画，呈现出温暖、积极的应对姿态。

剧中，邵一帆被误诊为眼癌，需要十万元高昂的手术费，这在上世纪八十年代是足以击垮一个普通家庭的经济负担。然而，作为继父的陈海清表示“砸锅卖铁也要治病”，甚至辞去冷冻机厂厂长的职位，下海经商，邻居

刘婶虽自身生活拮据，听说孩子生病后，仍送上一篮鸡蛋，表达最朴素最直接的关怀；陈海清在经商过程中被骗八万元后，家人并未因此互相指责、彼此埋怨，而是选择团结一致、共渡难关。这种处理方式既还原了社会转型中人们在骗局冲击与就医负担下的脆弱处境，也以互助、包容的情感姿态，为观众提供了一种温暖化解困境的路径。

此外，在家庭内部关系上，剧集同样展现了温暖现实主义的价值取向。蔡晓艳在小姑子陈雪梅遭遇丈夫出轨和家庭暴力后，不仅收留她暂住，还帮她寻找新的住处，并在单位广播中公开揭露其丈夫的恶行，以此捍卫亲人的尊严与安全。这一情节直面婚姻危机与家庭暴力等社会议题，但并未以冲突撕裂为结局，而是通过家人之间的守望相助与主动作为，展现出积极进取的情感温度。

《家里家外》在情节设置中始终坚持“真实反映问题—积极化解矛盾”的创作路径，使其在现实主义的深度和温暖叙事的厚度之间找到平衡，体现了温暖现实主义所强调的既直面现实、又不失人情温度的美学精神。

（二）视觉与听觉的在地化符号系统：竖屏语境下的地域构建

温暖现实主义在创作中不仅依赖故事情节的推进，更需要通过细节化、在地化的文化元素来承载情感与价值观。视觉与听觉作为两大感官入口，共同构成了影像的符号系统，在《家里家外》中，二者相辅相成，既还原了特定历史时期的社会生活图景，又在观众心中唤起了跨越时间的文化情感共鸣。这种从空间物象到方言声场的多维表达，不仅塑造了鲜明的地域文化质感，还在竖屏影像的叙事语境中获得了更强的沉浸性与在场感。

竖屏影像天然具备营造“在场感”的优势，它通过凸显人物、隔离背景，让观众产生一种“以我为中心”的沉浸体验。在竖屏微短剧中，这种体验不仅来自画面构图的视觉聚焦，更源于拍摄者与叙述者的合一——观众感知到的，不是冷静的旁观，而是仿佛置身其中的参与。当镜头锁定在生活细节与空间符号时，竖屏所形成的“第一人称”式在场感，能够放大情绪共振，让观众在视觉凝视中感受故事温度。^[7]这种“沉浸”，并非依靠猎奇刺激或情绪爆点来获得，而是将观众带入到那个具体的生活场景，让他们与角色共享相同的呼吸节奏、情感流动和日常肌理。

在视觉层面，《家里家外》借助这种竖屏的“近距离”凝视，将大量具有地域性与时代感的空间物象纳入叙事之中——海鸥牌手表、青羊牌电视机、天府可乐、蛋烘糕摊——不仅是生活道具，更是那个年代的文化标记。这些物象作为影像符号，会在观众心中形成一种文化语境，当这些符号被聚合时，就能整体性地渲染出属于那个时代的生活温度。它们并非简单的怀旧装饰，而是嵌入在角色日常行为中的使用物：海鸥牌手表作为嫁妆，被陈海清戴在了蔡晓艳手腕上；青羊牌电视机闪烁着中国女排夺冠的画面，成为街坊邻里共同的精神记忆；蔡晓艳家在购入电视机后，邻居们纷纷聚拢到她家客厅，一同守在屏幕前见证中国女排的胜利，欢呼与泪水在狭小的空间里交织，映照出那个年代人们的集体激情与民族自豪；街头的蛋烘糕香气混合着油炸声和人声，构成了城市生活的味觉与听觉想象。这些物象的存在，使得观众可以将个人记忆与影像记忆叠合起来——对经历过那个年代的观众而言，这是一次直接的记忆召回；对未经历的年轻观众而言，则是一次陌生而具体的文化进入，借助物象建立起历史的可感知通道。

在听觉层面，方言的作用同样不可替代。方言能够带领观众进入特定地域文化的叙事场域^[8]，《家里家外》全程使用川渝方言，台词的节奏、声调、用词中自带生活气息，使人物关系的温度在对白中自然流淌。在剧中，这种时间召回让观众仿佛回到了那片街坊院落，听见了真实的生活声音。蔡晓艳责备孩子的“你个瓜娃子”，虽带训斥，却夹杂着亲昵的意味；邻里间一句“莫扯”足以终止争执，还保留了情面。

更值得注意的是，《家里家外》在声音设计上精细地将方言对白与环境音相融合。街坊院里传来的锅碗碰撞声、邻里闲谈的背景声、菜市场的吆喝与讨价还价，这一切共同构成了一个完整的生活声场。这种声场不仅增强了沉浸感，还让观众感到故事发生在真实可触的空间中。方言与场景环境音的结合，可以让现实感和情绪张力更加深刻而具感染力^[9]。这种声音美学让观众在听觉上完成了从外部旁观到内部参与的心理转化，从而在情感上更容易与角色命运产生共振。

视觉与听觉的在地化符号并非孤立存在，而是在影像中互为补充：空间物象为观众提供可视化的历史坐标，方言与环境音则赋予这些空间以生活温度。当二者在竖屏语境中结合时，便形成了一个能够触发集体怀旧与文化认同的情感空间。观众看到的不只是具体的物品与语言，而是一个个带着温度、味道、声响的生活切片——它们共同指向了那个特定历史时期中人与人之间的善意与支撑。

三、《家里家外》带来的微短剧创作启示

微短剧的兴起，不仅整合了长视频的叙事深度与短视频的传播效率，还形成了数字视听文化发展的新增长点。作为兼具叙事沉浸性和日常审美体验的文娱形态，它能够在有限时长内快速与观众建立情感连接，为受众提供丰

富、多元且具有现实关照的文化消费选择。与此同时，微短剧的发展也受到政策导向、技术进步和资本投入等多重因素的推动，使其在社会文化塑造中展现出日益重要的影响力。^[10]

在这一背景下，《家里家外》不仅展示了微短剧在内容创作上的可能性，也为行业提供了实践样本：一方面，它通过精细的人物刻画与价值导向明确的剧情实践了精品化创作路线；另一方面，它深度激活了地域文化资源，使文化、空间与观众的情感认同实现了有效联动。

（一）坚持精品化创作路线：从流量至上到内容优先

当前，微短剧在快速发展中呈现出“量大而质低”的乱象。一方面，资本裹挟下的创作趋向于猎奇化与同质化，沉迷于“霸总”“重生”“穿越”等套路化情节，以低成本、快产出的方式追逐流量红利；另一方面，部分作品在价值导向上偏离现实，过度制造矛盾冲突与低俗桥段，导致社会口碑与审美水准双双受损。国家广播电视台总局多次开展专项治理，2024年共下架违规微短剧2.5万余部，并且在2024年底至2025年初连续出台政策，从遏制“恶婆婆”等脸谱化人物形象，到治理“霸总”题材泛滥、清理AI“魔改”、规范片名导向，再到提出微短剧要“爽而有度”，都在引导行业回归现实主义与精品化创作的正轨。

在此背景下，《家里家外》以真实细腻的人物塑造、富有温度的情感表达和深度嵌入的地域文化，走出了一条以内容质量和价值导向为核心的精品化创作路径，不依赖单一“爽点”博取关注，而是通过情节与情感的双重递进赢得观众口碑，这不仅为行业转型提供了可借鉴的创作样本，也印证了微短剧完全有能力在有限时长内实现艺术品与市场认可的平衡。

《家里家外》的成功正是对2025年3月12日国家广播电视台总局网络视听节目管理司下发的《管理提示(微短剧要“爽”而有度)》“微短剧创作要‘接地气’，不能悬浮，要回归生活、回归艺术本身；人物设定应当关注人民群众需求、体现现实关怀的同时，坚持基本常识，坚守主流价值，传播主流文化，带给受众美好与希望；言情设定倡导正确的婚恋观，不回避人的局限性，不脱离生活的多维度，展开立体刻画，并赋予文明和温暖的价值底色。”等政策内容的生动回应，也为未来微短剧的高质量发展提供了现实参照。

（二）地域文化资源的有效激活：空间、文化与文旅的联动

《家里家外》的另一大启示在于对地域文化资源的有效激活。与一些作品流于“打卡式展示”不同，该剧并未将文旅元素符号化、消费化，而是把它们深深嵌入生活叙事之中。例如剧组没有选择宽窄巷子、锦里、武侯祠等耳熟能详的地标，而是走进双流区军工厂家属院、彭祖山景区、青龙老街、青龙老电影院等年代感极强的空间。通过这些极具生活温度的场所，观众得以触摸到成都的另一面——既有历史文化底蕴，又有普通人烟火日常的质感。这种空间符号与叙事情境的融合，使影像中的“物”转化为“情”，最终沉淀为集体怀旧与文化归属。

段义孚通过“恋地情结”理论系统阐释了人与环境的情感互动机制，强调感知体验与价值取向在构建空间认同中的核心作用。列斐伏尔的空间生产理论进一步将地方界定为文化情感的具象化载体，地形地貌的物理差异与空间实践的符号共同塑造出了承载着集体记忆与身份认同的文化地理元素。人地互构关系揭示出地方既为人类提供物质栖居空间，也是主体认知世界、建构自我的精神场域。^[11]在《家里家外》中，地域空间不仅作为叙事背景存在，更成为情感触发器，强化了观众与特定地域的情感联结。进一步来看，地理批评(Geocriticism)理论强调，空间并非静态的舞台，而是叙事与文化的生成场。剧中的厂区大院、老街影院，因影像赋予的情境与人物命运而被重新激活，成为观众与成都、乃至整个川渝文化的共情场域。这意味着微短剧若要真正释放文化价值，必须让地域元素进入叙事的“血液”，而不是停留在表层陈设。

这种地域文化的影像激活，也为文旅发展带来了新的可能。2025年3月28日召开的第十二届中国网络视听大会“文旅融合创新论坛”指出，“科技+视听+文旅”的深度融合，正在成为文旅产业转型的重要驱动力。网络视听内容凭借矩阵传播、话题传播与技术传播优势，可以让文旅变得可感、可触，推动资源盘活与消费释放。《家里家外》正是这一趋势的生动案例：上线三天全网播放量超10亿，热度破7000万，不仅引发观众对上世纪八十年代成都的怀旧热潮，也带动了对当地历史空间、生活方式和饮食文化的关注，从而释放出文化和旅游的综合消费潜力。

更重要的是，这类“文旅微短剧”强调的并非单一的“旅游”，而是让观众透过剧情感受到一个地域的文化内涵。它不是宣传片，而是一部有血有肉的作品：人物真实、情感饱满、剧情动人。正因如此，观众才会愿意跟随角色的情感轨迹去“重访”那些空间，并在无形中完成文旅与文化的双向认同。未来微短剧创作若能在地域文化的深度融入上下功夫，就能实现艺术品、文化认同与产业价值的“三赢”，真正走出从流量到精品、从消费到共鸣的转型之路。

结语

在当前微短剧快速发展、类型繁多但质量参差的背景下，《家里家外》以真实的情感表达与温暖现实主义关照，突破了模式化、浅表化的创作桎梏，成功营造出兼具生活质感与情感温度的影像世界。《家里家外》的成功不仅说明精品微短剧能够在快节奏和强情节中融入现实主义深度，还展现了其在艺术价值与社会关怀之间取得平衡的可能性。其在家庭叙事创新、地域文化再现以及文旅联动等方面的探索，为微短剧的精品化转型和产业拓展提供了有益的样本与实践启示。

参考文献：

- [1] 梁亦昆. 时代症候的影像呈现——对白日梦式的微短剧的文化批评[J]. 当代电视, 2025(01): 55 – 60.
- [2] 胡智锋, 李斐然. 网络微短剧的发展现状及思考[J]. 传媒, 2024(16): 15 – 18.
- [3] 滕佳丽, 张奕玮. 微短剧叙事异化及其优化路径研究[J]. 中国广播影视学刊, 2025(05): 84-87+133.
- [4] 陶喜红, 李佳林. 竞速文化的情感体验：网络微短剧的情感文化建构[J]. 新闻爱好者, 2025(07): 61-66.
- [5] 胡智锋, 尹力, 滕华涛, 等. 新时代影视创作的温暖现实主义[J]. 北京电影学院学报, 2022, (06): 4-23.
- [6] 郑丕博. 新时代影视创作中的温暖现实主义——以三部热播电视剧为例[J]. 文艺评论, 2024, (01): 109-118.
- [7] 张骋. 从“横屏”到“竖屏”：论影像符号表意机制的变革[J]. 现代传播(中国传媒大学学报), 2022, 44(01): 111-117.
- [8] 线晨. 现实主义题材电影中方言使用的文化张力[J]. 电影文学, 2025, (11): 148-152.
- [9] 罗莉, 张涵涛. 方言影视作品的地域文化形象建构与传播研究[J]. 电影评介, 2024(03): 92-96.
- [10] 何天平. 微短剧治理：矛盾调和、生态调适与“新常规”重建[J]. 编辑之友, 2025, (05): 29-38.
- [11] 刘梦笛. 媒介地理学视域下乡村文旅微短剧融合发展的逻辑与路径[J]. 视听, 2025, (11): 3-6.

Touching Hearts with Emotions: Emotional Narratives and Warm Realism in Micro-short dramas —Take "Inside and Outside Home" as an example

Chen Kuang¹, Jiang Wenjin¹

(1. School of Film, Television and Animation, Chengdu University, Chengdu 610106, Sichuan, China)

Abstract: While the micro-short drama industry is developing rapidly, problems such as formulaic and superficial content still exist, and the transformation towards high-quality content has become a trend. "Inside and Outside Home" is based on real life and, through "de-dramatization" emotional expression and small family narratives, reflects the contemporary texture in the era of digital traffic. At the same time, by drawing on the dialects of Sichuan and Chongqing and regional symbols, a distinct regional cultural texture is created, showcasing the aesthetic traits of warm realism. Its creative path indicates that only by adhering to the high-quality route and fully activating regional cultural resources can micro-short dramas achieve a virtuous balance between artistic value and market value.

Keywords: microshort drama; emotional narrative; warm realism