

《嘿！你在干嘛呢？》周五播出 不上综艺的日子里，艺人在家抗“疫”生活

新快报讯 记者徐绍娜报道 原创分享互动生活创意秀《嘿！你在干嘛呢？》2月7日晚在湖南卫视首播后，收视斩获同时段所有频道第一，引起广泛关注。节目中，何炅、李维嘉、杜海涛三位主持人自拍趣味生活VLOG，并视频连线艺人朋友进行互动，与观众交流抗“疫”心情，分享生活方式。

面对新型冠状病毒肺炎疫情阻击战，群众生活和心理健康问题获得普遍关注。《嘿！你在干嘛呢？》向观众介绍抗“疫”期间丰富生活的建议，展现丰富多彩的生活情趣。为了避免人与人的接触，节目甚至采用了同城快递的方式传递GoPro，快递员做好防护，设备全面消毒之后才进行使用，全方位无死角严防死守保证安全。此外，“无演播厅、无工作人员、无化妆”的“三无”节目制作形式，也还原生活本真，增强观众代入感。

但小镜头里有大乾坤。节目通过一台GoPro的自拍镜头，向观众呈现了镁光灯背后朴素的明星生活形象，通过接地气的惊喜反差，塑造更强的亲和力与正向影响力。

首期节目中，何炅在VLOG中连



线好友何洛洛，交流烹饪心得，号召亲自动手，不完美的厨艺技巧却包饱了满满的生活情趣，引发观众共鸣；何老师还通过一段即兴朗读呼吁大家在特殊时期珍惜时间、阅读充电。李维嘉则在视频中带头实践“戴口罩、勤洗手、多消毒”，身体力行地树立了“防疫”榜样。维

嘉妈妈还因追剧连线了宋茜、宋威龙，让网友大呼“仿佛看到了自己”。杜海涛和父母一起健身锻炼、下厨烹饪的片段也展示了防“疫”期间的家庭温暖，提供了居家娱乐的新思路。

本周五晚，节目将播出第二期，继续连线神秘嘉宾，分享抗“疫”生活。

不仅要有《被讨厌的勇气》
更要有《改变的勇气》

新快报讯 生活中我们总是会遇到各种各样的问题，有时会陷在其中，苦恼不已：为自己不能向别人坦承心声而烦恼，为别人背后说自己的坏话而伤心，为无法与所有同事处理好关系而纠结，为不能讨得上司欢心而苦恼，为不能满足父母的期待而郁闷，为找不到合适的恋爱对象而郁郁寡欢，为丈夫（妻子）不能理解自己而逃离家庭，因为不能很好地处理婆媳关系而家庭不睦……其实，所有这些令人烦忧的问题，在个体心理学家阿德勒看来，都是人际关系的问题。

那么，如果是阿德勒遇到这些问题，他会如何应对呢？

近日，百万畅销书《被讨厌的勇气》的作者岸见一郎就为读者提供了答案。他的又一力作《改变的勇气》是在汲取了阿德勒个体心理学的知识和营养并结合自己多年心理咨询经验的基础之上，创作出来的。这本书筛选了88个常见的人际关系问题，从阿德勒个体心理学的角度，采用“提问”加“解答”的形式，为读者分析问题，并提供解决方法。读者在阅读的过程中，可以获得解决实际人际关系问题的思路，与此同时还能不断增强自信，重获希望，鼓起勇气做出改变，从而改善自己的人际状况，消除人际烦恼，让自己的人生从此发生翻天覆地的变化。

该书编辑表示，相较于《被讨厌的勇气》，《改变的勇气》这本书更加深入人们的日常生活，更加具有实践意义。可以说，《改变的勇气》其实就是《被讨厌的勇气》的人际关系实践篇。只要读者能够按照书中所述的方法去做、去实践，会发现人生中的很多烦恼会慢慢地消失。

（王春燕）

《大唐女法医》定档情人节 “古装美人”周洁琼挑战女法医

新快报讯 记者梁燕芬报道 古装剧《大唐女法医》将于2月14日情人节在优酷首播。凭借选秀节目《PRODUCE 101》为大众熟悉的周洁琼挑战大唐初代女法医，这是她的第一部主演作品，一直被誉为“古装美人”的周洁琼，在戏中古装扮相颇为亮眼。

变换多种古装造型

在《大唐女法医》中，周洁琼饰演女法医冉颜，外号冉狐狸，是个心思细腻、逻辑缜密、我行我素的独立女子，不仅是唐代第一女验尸官，也是一位独立女性的典范。剧中，冉颜不光要寻找母亲的真正死因，自身似乎也陷入了某种阴谋之中，危机四伏，女主角的命运也引起不少猜想。

出道以来便有“古装美人”之称的周洁琼，在剧中将变换多种不同的古装造型——富家千金贤淑装扮、英气俊朗的男装服饰，更有歌舞伎古装造型，彰显大唐盛世的古风时尚。据悉，《大唐女法医》在展现繁复案件的同时，也传达出了唐代贞观盛世时期女性独立的一



面，以古喻今，更是呼应了现代女性的独立自信与坚韧笃定。

一边谈情一边破案

对于周洁琼来说，这次除了挑战饰演唐代第一女法医之外，和两位男主之间还有不少感情对手戏。她和李程彬饰演的萧颂以及裴子添饰演的苏伏之间产生了众多感情纠葛。两位男主角一个是家世显赫、足智多谋的刑部侍郎，另一个是冷漠无情、却偏偏对她有情有义

的冷面杀手；一边是傲娇男神的赤裸相见，一边是帅气剑客的铁汉柔情；一边是好奇生欢喜的天生冤家，一边是生死同经历的亲密朋友。周洁琼到底应该如何选择，也是剧中的一大看点。

除了撒糖浪漫的爱情之外，复杂而难解的各种离奇案件也是本剧看点之一。在剧中，作为一个富家千金的冉家嫡女，冉颜不仅精明能干，熟识各种法医检验方法，而且对不少断案手法和推理技能也同样融会贯通。



《天赐的声音》周六首播

苏有朋王力宏胡彦斌张韶涵 + 胡海泉，组成一支管弦乐队

新快报讯 记者梁燕芬报道 音乐节目《天赐的声音》昨日宣布将于2月15日（周六）在浙江卫视首播，苏有朋、王力宏、胡彦斌、张韶涵任音乐合伙人，胡海泉为声音推荐人，炎亚纶、娄艺潇、姚琛、马雪阳、黄龄、萨顶顶等确认加盟。

《天赐的声音》原定2月1日首播，因为疫情延期播出。节目邀请著名歌手担任导师，同时也邀请年轻且有实力的歌手担任参赛嘉宾，既有小虎队成员，也

有从《创造营》《青春有你》中走出来的选手。该节目模式有点像《歌手》和《中国好声音》的结合体。

节目组同时发布了新款主视觉海报，这款海报以位于蔚蓝天空下的音乐殿堂为背景，在视觉上象征着美好又纯粹的音乐世界。同时，胡彦斌、苏有朋、张韶涵、王力宏四位音乐合伙人集体亮相：王力宏与小提琴相伴，苏有朋手拉大提琴，胡彦斌手拿萨克斯风，张韶涵手拿



长笛。而独自站在海报左侧的胡海泉，就如他的声音推荐人的身份那样，一手

指挥棒，一手礼帽，带领由四位音乐合伙人组成一支管弦乐队。