

# 为中国培养更多的“大国工匠”

## ——访“中国青年五四奖章”获得者宋彪



“中国！中国！中国！”

时光回到2017年10月19日，在第44届世界技能大赛颁奖典礼上，19岁的中国小伙儿、江苏省常州技师学院学生宋彪手举五星红旗，从世界技能组织主席西蒙·巴特利手中接过大赛最高奖“阿尔伯特·维达尔奖”奖杯，面向观众激动地连呼“中国”，成为获得此项大奖的“中国第一人”，也因此成为最年轻的“江苏大工匠”。

如今6年过去，宋彪已从世界的竞技台走向学校的讲台，成为江苏省常州技师学院青年教师。他希望以教师的身份培养更多的技能人才，“宋彪的奇迹”不要只发生在他一人身上，以后全中国的“宋彪”会越来越多。

### 选择：技能成才

宋彪小时候在安徽蚌埠生活、学习，从小动手能力强。家里有个摆锤式闹钟，他想探究一下里面的原理，先拆了它，然后神奇地把它复原了。宋彪的父亲在常州开了一家小型机械加工工作坊，寒暑假时宋彪常去玩。

这个夏天，杨紫在剧组度过。去年也是，拍《长相思》，她在横店待了6个月，从早春到炎夏。今年7月，电视剧《长相思》开播，杨紫饰演女主角小夭，历经百年颠沛，失去了身份和容貌，化身玳瑁小六，悬壶为生，恣意不羁，与西炎国王孙玱玹、青丘公子涂山璟、九头妖相柳之间，展开了彼此交缠的故事。

痛苦、救赎、自由自在，杨紫用这三个词来形容小夭。“大家看人物设置，会觉得是一部爱情戏，但从始至终，小夭没靠过任何人。她遭受了很多挫折痛苦，用一颗悲悯之心，一步一步把自己拉上岸，完成了自我救赎。”

人生与作品，冥冥中总有所呼应。10年前，《长相思》准备筹拍，当时找到杨紫，让她演女二号阿念，一个备受宠爱、任性可爱的小姑娘。后来戏没拍成，剧本再递到手中，杨紫成为小夭，经历过演艺道路的起伏波荡，也更能理解小夭的痛苦与抉择。“可以和小夭经历这一切，我很感恩。我很爱她、心疼她，也欣赏她、敬佩她。”

### 艺术创作，痛并快乐着

记者给了杨紫一块题板，横轴是她的作品，纵轴表示当下的状态高低，请她画出这些年的时间轴。

“这很难评啊。”杨紫拿着笔，一个圆点一个圆点，画得认真，连接后，是一条向上攀升的

2014年宋彪的中考成绩出来，没能考上理想的高中，父亲和他进行了一次深刻的谈话。

父亲跟他分享自己在外打工的艰辛，表达对他的爱和期望，而后对他说：“如果学不好文化知识，也可以学一门技术，拿不好笔杆就拿好工具。无论你怎样选择，都要对自己的将来负责。”父亲的话让宋彪一夜无眠，他觉得自己突然长大了许多，心中渐渐明确了目标。想到自己动手能力强，特别佩服像父亲一样的技术工人，利用手中的工具，变出一个个漂亮的零件，组成一台灵活的机器，他向父母提出不上普通高中上技校的想法，父母尊重了他的选择。这样，宋彪来到江苏省常州技师学院就读机械工程系五年制模具设计与制造专业。

### 成长：勤学苦练

入学后，由于基础知识底子薄，宋彪很难听懂专业课，便利用课余时间请教老师，把课堂上听不懂的问题一一搞懂。经过一个学期的努力，他的成绩有了显著提高，但是宋彪不知足，继续保持着学习的热情，经常和老师“泡”在一起。

不久，学校举办第一届技能节活动，专业课老师推荐宋彪去试一试。当时距离比赛只有半个月了，在半个月里，要完成超出自己所学范围的题目，宋彪压力很大。他每天比别人多练习两个小时，星期天也不

休息。半个月后，他在技能节的比赛中取得了第二名的好成绩。

2016年6月，宋彪代表学校参加第44届世界技能大赛江苏省选拔赛。当时正值暑假，宋彪顶着40℃的高温在车间里一练就是一天，汗水湿透了厚厚的防护服。装配与调试是项目中最重要的一步骤，为了提高装配与调试操作的精准度和熟练度，宋彪经常反复练习至深夜。到后来，他已不需要用量具测量其厚度，光凭手摸就能准确地做出选择。最后，宋彪以第一名的成绩获得了代表江苏省参加全国选拔赛的机会。

2016年9月，宋彪接到通知，赴广州参加第44届世界技能大赛工业机械装调项目全国选拔赛。在这次全国选拔赛中，宋彪获得了第三名，顺利进入国家集训队。但宋彪的目标是第一。

进入国家集训队后，在大半年时间里经过“6进3”“3进2”“2进1”淘汰选拔，宋彪始终以第一名的成绩胜出，最终成为代表国家出战第44届世界技能大赛工业机械装调项目的唯一正式选手。

### 夺冠：厚积薄发

世界技能大赛工业机械装调项目比赛共分为5个模块，包括机械加工、焊接加工、齿轮箱拆检、电气预防性维护、装配与调试；赛程为4天，累计比赛

有一场生孩子的戏，她到处问人，最后想出个办法：嘴里咬着布，想象疼痛的感觉，而不是一直大声叫喊。那一年，她19岁，对演戏第一次有了顿悟的感觉。

当杨紫在战争剧、年代剧里磨炼演技时，影视行业开始巨变。“千合一剧”的时代落幕，网络成为主阵地，“数据”为王，影视界掀起IP改编热潮，“流量明星”走入大众视野。2016年，自嘲为“落寞童星”的杨紫开始了自己的突围。她拍了都市剧《欢乐颂》，演5个女生里人设最讨喜的邱莹莹，这个前15

集被骂得最惨的女孩，展现出普通人的生活碎片，引起不少共鸣。2018年的《香蜜沉沉烬如霜》和2019年的《亲爱的热爱的》，一部古偶、一部言情，稳定的爆款输出，让杨紫在“90后”演员中脱颖而出。

这些成绩，一度带给她巨大的压力。“新戏开播时，很害怕，甚至畏缩，怕达不到预期。”她说，“现在就没有这种感觉了，得想开一点，没有任何一个演员可以保证每一部戏都有好结果，人生的轨迹就是无常。”

这是“三十而立”的杨紫，见证了影视生态的翻转迭变，

经历了事业道路的突围周折，遭遇了舆论场上的粉黑大战，过去的较劲，慢慢变为今日的释然。

唯一没变的，是5岁那年种下的表演之心。“演戏不是一个努力就能成功的事情，痛苦、折磨、调整，再陷入痛苦……”杨紫说，“可是如果艺术创作不痛苦，好像也不对。那些痛苦，可能来自自己的‘轴’，也可能是跨不过去的‘坎’。这个自我斗争的过程，其实也是

成为世界冠军后，许多企

业向宋彪抛来绣球，但宋彪选择留校任教。他想以教师的身份培养更多的技能人才，以技能报国，带领更多的青年人走技能成才之路。

2019年7月宋彪毕业，8月入职，9月正式开始带班上课。

从一个学生转变为老师，这对宋彪来说是一个蛮大的挑战。他与学生建立亦师亦友的关系，学生们都称宋彪为“彪哥”。

宋彪对教学一点也不敢马虎，是学生时，他狠下功夫钻研技术；当老师了，他花很多时间“猛补”教学理论。每次上课，如果有做工件的任务，他都要先做一个带到班上给学生“打样”。这一招很灵，有时候说得好看不如做得好看，学生们对他精湛的技艺佩服得五体投地，课堂的氛围变得越来越活跃了。

宋彪发现，来到技师院校读书的孩子，心态不太稳定。他们自认为是中考和高考的失败者，一时积极学习，一时感到沮丧。因此，宋彪时常向他们宣讲国家近几年对技能人才的重视以及推出的一系列政策，以自身经历鼓舞学生，提升他们的信心。

### 为师：诲人不倦

“好的技师院校的老师，不仅是要传授给学生‘技’，还要能够帮他们调整心态，授之以‘道’。”宋彪说。

郑晶心(摘自《风流一代》)

# 杨紫，慢慢扩张舒适圈



2004年，情景喜剧《家有儿女》开拍。12岁的小学生杨紫出演17岁的高中生夏雪。

《家有儿女》一炮而红，至今生产着各种表情包与热梗，文化辐射深远。杨紫参与了经典的缔造，却在“小雪”后时代陷入漫长的苦闷。

青春期的她，她无法控制地发胖，冒青春痘，整个人“长咧了”。她没放弃，去考北京电影学院。大三那年，杨紫在孔笙导演的《战长沙》中出演女主角胡湘湘，从天真烂漫的大小姐到勇敢无畏的战地医生，从少女到人母，跨度极大。

成长历练的过程。”

“演戏是一件特别简单、又超有意思的事”

记者：这些年你拍过一些仙侠剧，有人觉得你一直在舒适圈里自我重复，在意这种言论吗？

杨紫：会，但也没有办法。同样是仙侠剧，我尽可能努力区分角色的性格。但现在大家好像没有耐心随着剧情慢慢看，常常是开播以后，跟着营销号和短视频追剧，通过一张动图“审判”你，说你一哭就“五官乱飞”。我一度很困扰。镜头怼到我，不能咧嘴、不能皱眉，

我心想那还演什么戏呀？后来想通了，拍戏不是给营销号看的，会有真正的观众朋友知道你在努力。

当然，每部戏都会有不足。我有看大家的评论，说我演戏比较惯性，规模化，不再努力了。其实每部戏我都在努力，但进步的过程其实很漫长，我没有办法立刻跨出舒适圈，也不会为了向大家证明自己很厉害，就去演一个目前难以触及的角色。我只能慢慢向外扩张自己的舒适圈，随着年纪和阅历的变化，多去尝试和挑战。我相信有一天，我会比现在更好。

记者：很多演员会说自己“热爱”演戏，但你在采访中用的词是“敬爱”，有什么不同？

杨紫：我喜欢演戏，但日复一日的工作有时候真的会麻痹疲惫。单凭喜爱、热爱是不够的，只有对这份事业保持尊重、敬重，才能做好“演员”两个字。到今天，演戏依然是我的快乐来源。在几个月里体验另一个人的人生，重新认识自己的父母爱人，这样想想，演戏是一件特别简单、又超有意思的事情。许晓迪(摘自《环球人物》)

杨紫：会，但也没有办法。同样是仙侠剧，我尽可能努力区分角色的性格。但现在大家好像没有耐心随着剧情慢慢看，常常是开播以后，跟着营销号和短视频追剧，通过一张动图“审判”你，说你一哭就“五官乱飞”。我一度很困扰。镜头怼到我，不能咧嘴、不能皱眉，

成为世界冠军后，许多企

业向宋彪抛来绣球，但宋彪选择留校任教。他想以教师的身份培养更多的技能人才，以技能报国，带领更多的青年人走技能成才之路。

2019年7月宋彪毕业，8月入职，9月正式开始带班上课。

从一个学生转变为老师，这对宋彪来说是一个蛮大的挑战。他与学生建立亦师亦友的关系，学生们都称宋彪为“彪哥”。

宋彪对教学一点也不敢马虎，是学生时，他狠下功夫钻研技术；当老师了，他花很多时间“猛补”教学理论。每次上课，如果有做工件的任务，他都要先做一个带到班上给学生“打样”。这一招很灵，有时候说得好看不如做得好看，学生们对他精湛的技艺佩服得五体投地，课堂的氛围变得越来越活跃了。

宋彪发现，来到技师院校读书的孩子，心态不太稳定。他们自认为是中考和高考的失败者，一时积极学习，一时感到沮丧。因此，宋彪时常向他们宣讲国家近几年对技能人才的重视以及推出的一系列政策，以自身经历鼓舞学生，提升他们的信心。

### 为师：诲人不倦

“好的技师院校的老师，不仅是要传授给学生‘技’，还要能够帮他们调整心态，授之以‘道’。”宋彪说。

郑晶心(摘自《风流一代》)

宋彪对教学一点也不敢马虎，是学生时，他狠下功夫钻研技术；当老师了，他花很多时间“猛补”教学理论。每次上课，如果有做工件的任务，他都要先做一个带到班上给学生“打样”。这一招很灵，有时候说得好看不如做得好看，学生们对他精湛的技艺佩服得五体投地，课堂的氛围变得越来越活跃了。

宋彪发现，来到技师院校读书的孩子，心态不太稳定。他们自认为是中考和高考的失败者，一时积极学习，一时感到沮丧。因此，宋彪时常向他们宣讲国家近几年对技能人才的重视以及推出的一系列政策，以自身经历鼓舞学生，提升他们的信心。

“好的技师院校的老师，不仅是要传授给学生‘技’，还要能够帮他们调整心态，授之以‘道’。”宋彪说。

郑晶心(摘自《风流一代》)

我心想那还演什么戏呀？后来想通了，拍戏不是给营销号看的，会有真正的观众朋友知道你在努力。

当然，每部戏都会有不足。我有看大家的评论，说我演戏比较惯性，规模化，不再努力了。其实每部戏我都在努力，但进步的过程其实很漫长，我没有办法立刻跨出舒适圈，也不会为了向大家证明自己很厉害，就去演一个目前难以触及的角色。我只能慢慢向外扩张自己的舒适圈，随着年纪和阅历的变化，多去尝试和挑战。我相信有一天，我会比现在更好。

记者：很多演员会说自己“热爱”演戏，但你在采访中用的词是“敬爱”，有什么不同？

杨紫：我喜欢演戏，但日复一日的工作有时候真的会麻痹疲惫。单凭喜爱、热爱是不够的，只有对这份事业保持尊重、敬重，才能做好“演员”两个字。到今天，演戏依然是我的快乐来源。在几个月里体验另一个人的人生，重新认识自己的父母爱人，这样想想，演戏是一件特别简单、又超有意思的事情。许晓迪(摘自《环球人物》)

杨紫：会，但也没有办法。同样是仙侠剧，我尽可能努力区分角色的性格。但现在大家好像没有耐心随着剧情慢慢看，常常是开播以后，跟着营销号和短视频追剧，通过一张动图“审判”你，说你一哭就“五官乱飞”。我一度很困扰。镜头怼到我，不能咧嘴、不能皱眉，

成为世界冠军后，许多企

业向宋彪抛来绣球，但宋彪选择留校任教。他想以教师的身份培养更多的技能人才，以技能报国，带领更多的青年人走技能成才之路。

2019年7月宋彪毕业，8月入职，9月正式开始带班上课。

从一个学生转变为老师，这对宋彪来说是一个蛮大的挑战。他与学生建立亦师亦友的关系，学生们都称宋彪为“彪哥”。

宋彪对教学一点也不敢马虎，是学生时，他狠下功夫钻研技术；当老师了，他花很多时间“猛补”教学理论。每次上课，如果有做工件的任务，他都要先做一个带到班上给学生“打样”。这一招很灵，有时候说得好看不如做得好看，学生们对他精湛的技艺佩服得五体投地，课堂的氛围变得越来越活跃了。

宋彪发现，来到技师院校读书的孩子，心态不太稳定。他们自认为是中考和高考的失败者，一时积极学习，一时感到沮丧。因此，宋彪时常向他们宣讲国家近几年对技能人才的重视以及推出的一系列政策，以自身经历鼓舞学生，提升他们的信心。

### 为师：诲人不倦

“好的技师院校的老师，不仅是要传授给学生‘技’，还要能够帮他们调整心态，授之以‘道’。”宋彪说。

郑晶心(摘自《风流一代》)

