

《非你莫属》三名播音专业学生登台求职 现实与理想间寻找职业方向

天津卫视本期《非你莫属》的舞台迎来三位人生经历各异的播音专业学生,他们中有人是留洋归国,有人放弃稳定工作,有人在台前收获好评却想转型幕后。他们将如何找到“X变量”,在现实与理想之间寻找更适合自己的职业方向?

李默轩,26岁,英国莱斯特大学媒体广告专业硕士,本科毕业于河北科技学院播音与主持艺术专业,外形条件优越。她形容自己的性格像一锅“牛油火锅”,热烈、浓郁,对生活始终保持期待。

毕业后,李默轩的职业路径横跨多个领域。她曾在地方电视台从事运营与出镜主持工作,也做过平面模特和带货主播。在从事直播行业时,她通过自主学习,从最初不会讲话成长为独立控场的成熟主播。随后,她进入某知名连锁甜品品牌营销部门,从新人做起,逐渐适应稳定而高效的职场节奏。节目现场,资深人力专家王雅赞建议:“李默轩最需要增加的一个‘X变量’是深度思考,稳定不是表面上的职业稳定,而是能力上的稳定。”



第二位嘉宾是郝林轩,24岁,北京工业大学硕士在读。郝林轩拥有出色的声音条件,却在职业选择上屡

屡摇摆。从婚恋销售到稳定工作,他在薪资、兴趣与晋升之间反复权衡。此次他求职总助岗位,企业家提醒他“认清自身能力和避免盲目追高。”

第三位嘉宾是擅长配音的李好潼,24岁,播音与主持艺术专业本科

毕业,具备扎实的语言能力和舞台表现力。尽管李好潼的现场才艺展示获得好评,但频繁转换赛道的行为也引发企业家对其职业定力的关注。

更多精彩内容,敬请收看今晚21:20天津卫视播出的《非你莫属》。

更多精彩内容,敬请收看今晚21:20天津卫视播出的《非你莫属》。

更多精彩内容,敬请收看今晚21:20天津卫视播出的《非你莫属》。

2026“大剧看总台”电视剧片单发布活动举行 好剧启新篇 剧迷“按图索剧”

1月9日上午,新岁共启、剧映美好——中央广播电视总台2026“大剧看总台”电视剧片单发布活动在北京举行。活动中公布了即将于2026年登陆央视总台的电视剧名单和央视总台目前重点关注并予以指导的、正在拍摄制作中的年度重点剧目。它们既代表了近年剧集创作的最新成果,也反映了当下电视剧创作生产领域新的发展趋势与未来走向,为广大剧迷们提供了“收视手册”。

六大板块 承载时代记忆 映照万家灯火

2026“大剧看总台”电视剧片单中共有55部长剧和3部精品短剧,以六大板块方式,根据作品的题材、内容和类型对剧目做了具体划分:

时代脉动·万千气象板块中的13部作品,聚焦现实题材,反映当下火热生活中的人物与故事,紧扣时代脉搏,呼应社会关切,体现出了现实主义创作的温度与锐度。信仰之光·热血丰碑板块中的10部作品,书写革命历史,再现烽火岁月,是对中国革命光辉历程的最新艺术诠释。自强不息·追梦人生板块中的10部作品,以普通人的拼搏奋斗,实现人生理想的过程,探讨人生的价值和意义。人间烟火·社会镜像板块的10部作品,以社会发展进程中的曲折与矛盾,映射时代前进的脚步与方向。千年来



章·东方神韵板块的12部作品,以中国历史与文化的丰富多彩,书写东方历史文明所蕴含的独特风姿。短章精英·剧耀风华板块的3部作品,则是以短剧的方式,尝试和探索剧集发展的新类型和新样式。

革命历史题材 史诗兼容与类型化相结合

片单中的革命历史题材作品追求史诗兼容与类型化相结合。《伟大的长征》以全景式手法,记录中国工农红军的长征历程,其中虽艰险备尝,危机屡现,但共产党人的壮志豪情,品德情操,人情人性,也给这一宏大的历史叙事,赋予了悲壮瑰丽的诗意色彩与人性的艺术光辉。《龙潭》《千里江山图》《谍报上不封顶》《醒

来》等剧,以谍战类型或以革命历史加谍战元素来讲述革命故事的方式,比较受当下广大观众所喜爱。

现实题材 与时代同频 凸显力度与分量

片单中直面社会现实、记录时代发展与进步的作品,最能体现现实题材创作所具有的力度与分量。《狂流》《谷雨》《生命树》《刑警时刻之风华正茂》《重器》《永不妥协》等剧,以现实主义的创作锋芒与锐度,礼赞为促进社会公平正义所需要付出的勇气与力量。

年代剧集 书写人生百态 描绘众生图鉴

年代剧一直是荧屏热播的重

点。在今年总台公布的片单中,这类剧目依然占有较大数量。《好好的时光》《冬去春来》《小芳出嫁》《人间有味》《多喜一家人》《岁月有情时》《生逢其时》《高兴》《我爱的那些人》等剧,以普通人的家庭生活,成长经历,情感婚恋等为叙事脉络,书写自改革开放以来寻常百姓的生活流变。《小城大事》中带领农民在一片荒芜的滩涂上建立起一座现代化城市的基层干部李秋萍、《主角》中不甘于人生宿命、以坚守和热爱终于成为一代秦腔名伶的忆秦娥、《芳名三九》中屡屡从尘埃中奋起的坚韧女性陈三九……她们都是出于平凡、历经奋斗,收获成功的普通人。年代剧之所以能唤起观众广泛的共鸣,正是作品中既有向平凡生活的致敬,也有对成功人生的礼赞。

历史题材 既有史家之笔 又有传奇之妙

片单中历史题材作品以多样化方式,为中华优秀传统文化传播打开更多渠道。《太平年》《大汉赋(武帝篇)》《大唐赋之破阵乐》《秦谜》《风起张居正》《漫长的余生》等剧,展示中国历史上风云激荡的事件与人物,既有史家之笔,又有传奇之妙;《白衣公卿》等也将让喜欢武侠剧的观众过足瘾。(据 CCTV 电视剧微信公众号)

健康新起点 牙齿先“加油”

孩子快放寒假了,春节也不远了。对孩子们来说,在甜蜜与欢乐的背后,牙齿正面临一场“年终大考”:零食不断、作息紊乱、大餐频繁……龋齿和牙外伤的风险在悄然升高。《百医百顺》特别邀请天津市口腔医院党委副书记、院长张健和两位儿童口腔科主任,一起带来寒假专属护齿指南:

1. 系统化预防保健。如窝沟封闭,注重为孩子与家长提供个性化的口腔卫生指导与饮食习惯建议,从源头预防问题。
2. 儿童口腔疾病的治疗。针对儿童龋齿、牙髓病、牙外伤、牙齿萌出替换障碍等常见问题,更重要的是广泛运用行为引导、笑气镇静等舒适化技术,显著缓解孩子的恐惧,让看牙过程更安心。
3. 早期咬合干预。包括间隙管理、不良习惯矫治(如口呼吸、吮指)以及早期错颌畸形矫正。
4. 全面健康支持。为包括自闭症、脑瘫等特殊需求儿童提供多学科协作下的个性化诊疗方案,确保每一个孩子都不被忽视。

1月12日20:10播出

央视播出反腐专题片

由中央纪委国家监委宣传部与中央广播电视总台央视联合摄制的电视专题片《一步不停歇 半步不退让》,即日起至1月14日每天20:00在中央广播电视总台央视综合频道播出,央视新闻新媒体平台同步播发。

反腐败是最彻底的自我革命。专题片充分展现纪检监察机关始终保持永远在路上的坚韧执着,坚守以人民为中心的价值取向,持续推进党风廉政建设和反腐败斗争,坚持风腐同查同治,深化整治群众身边不正之风和腐败问题,严惩政商勾连腐败,坚决清除“围猎”这一政治生态污染源,以科技赋能正风反腐,着力铲除腐败滋生的土壤和条件,不断推动纪检监察工作高质量发展取得新进展、新成效。

专题片选取了12个案例,共4集,分别为《纠风治乱为民》《严惩政商勾连腐败》《清理“围猎”污染源》《科技赋能反腐》,深刻反映纪检监察机关一步不停歇、半步不退让,一体推进不敢腐、不能腐、不想腐,坚决打好反腐败斗争攻坚战、持久战、总体战。

“最美拥军人物发布仪式”今晚播出 书写新时代军民鱼水情动人篇章



一副鞋垫、一辆小推车,一个个历史瞬间,串联起军民同心的深情模样。那是刻在民族血脉里的不朽记忆,每一段故事都滚烫,每一份情谊都深沉。《闪亮的名字 2025年最美拥军人物发布仪式》今晚22:45在中央广播电视总台央视科教频道(CCTV-10)播出。

张志光、姚华亮、张国通、刘华强、王友民、石进华、许灵、吐尔地·吾斯曼等8名同志和“拥军老阿妈”集体光荣入选。他们关心国防、热爱军队、尊崇军人,有的倾力推动建展馆开课堂,弘扬革命传统和优良作风,有的动员社会力量服务退役军人和军属就业创业,有的积极践行文化拥军、科技拥军,有的情系爱国拥军事业、激励引导青年从军入伍,有的用心用情投入拥军优属志愿服务……他们满腔热情为军人军属、退役军人和其他优抚对象排忧解难,大力支持部队建设改革和练兵备战,书写了新时代军民鱼水情深的动人篇章。

“军民团结如一人,试看天下谁能敌。”最伟大的力量永远是同心合力。今晚,让我们一起走进爱我人民爱我军的故事当中,去触摸实现中国梦强军梦的磅礴力量。

剧情摘要

本版所刊登节目如有变动,以实际播出为准。

56集电视剧 大盛魁

第38集 王相卿租下凤娘客栈,一边泼水造冰屋,一边大量收购羊,招募屠宰工。冻羊肉源源不断运往北京,一下子填补了京城饭馆冬季无蒙古羊的空白,让王相卿挣够了银两。腊月初八,王相卿如约请来众商号,却被告知孙文举已先他一步赔偿了大家的损失,并且当选为集锦社第一任社长。王相卿按师傅的教导,主动与孙文举讲和。孙文举高姿态接受了讲和,心中却对他更加提防。

孙家供货不力,布仁等部落无茶可饮,闹起茶荒,来求助王相卿,但按照上次楚古拉会议决定,大盛魁不能运送货物给草原牧民。王相卿为解朋友之难,以替孙家运送军供为名进入草原。一路上,秦钺、史国光学徒学会了走驼道、住帐篷。秦钺夜里仍不忘秉烛读书,还想着出徒后回家考功名。王相卿心里深感惋惜。历经长途跋涉,他们到达乌里雅苏台。孙文举设宴欢迎,没想到却是一场鸿门宴。

第39集 王相卿这趟买卖赔得精光不说,还吃了个哑巴亏。大盛魁驼队垂头丧气地返回归化。路上,秦钺和史国光发现春暖花开之际草原上到处飘着羊毛,除了牧民少量使用外,无人收拾。王相卿当机立断,开发出用砖茶换羊毛的生意。王相卿终于悟出了“舍”才是做买卖的真谛,于是在秦钺的帮助下,对出了师父老采头要的下联:“舍利招财,一味就学吃亏,是处世良方”。

王相卿路过四子王旗大庙,前去拜访老朋友大喇嘛,却被已改名为哈斯高娃的香玉看到。大喇嘛设宴款待王相卿,在庙里当厨子的香玉做了一盘王相卿最爱吃的饭菜。王相卿提出要当面感谢一下厨子。为不给王相卿带来灾祸,香玉不辞而别。孙文举为防大盛魁重返草原,推行“一本一利”,联合归化众商号,对王相卿发起了冻羊肉大战。

天津卫视快乐生活剧场1月12日19:30播出

34集电视剧 完美新娘

第14集 子缨心情不好又跑到酒吧喝酒,武介东让身边人去调戏子缨,然后自己再去英雄救美。负春对子夏说,自己的门诊下周就要开始营业了,他想要让蝶秋去帮忙。蝶秋知道负春开诊所需要自己帮忙,但是她关心的只有子夏的病情。

子缨扶着子夏下床走动,蝶秋赶来说他不能下床走动,要是牵动神经会让病情恶化。子夏对蝶秋说,负春诊所快要开张了,让蝶秋快去帮忙。子夏还说蝶秋在他们家多待一天,他就会更加痛苦,于是赶蝶秋走。蝶秋拿着行李离开了楚家。负春找不到蝶秋,去房间看到了蝶秋留下的一封信。负春去找蝶秋,筱冬跟上负春,两个人一起去找蝶秋。蝶秋站在渡口,想要离开这个伤心地,等到负春和筱冬追上她时,她已经坐上了船。蝶秋不想再回去,负春纵身跳下河,说蝶秋不回去自己就不上岸,蝶秋于是让船家赶快靠岸。

第15集 武介东对尹家二奶奶说蝶秋研制出新香水的配方,但

是尹家才是楚家香水原料的供应商,只要他们尹家不再供应原料,楚家就难为无米之炊,尹家就能占领大部分市场份额。

子缨把尹家断了楚家货源的罪过怪在蝶秋身上,还打了蝶秋。蝶秋和筱冬来到尹家,蝶秋求尹二奶奶放楚家一马。二奶奶说自己明白她的心意,但不会依她。蝶秋于是就说自己知道二奶奶杀害了尹老爷,威胁二奶奶要是不高抬贵手就会把这件事说出来。

子缨找武介东借钱,说要买原材料。武介东说这些钱自己一定会借的,但是想要跟子缨合作,还要跟楚家合作,只要把香水卖出去,自己要一些提成就好了。武介东说为了自己借出去的钱保险起见,要知道香水生产到了什么程度。子缨说着就要带着他去楚家工厂看看。

子夏身体有所恢复,于是开始研制香水,还要研制出一种跟市面上不同的香水。

T2文艺频道多彩剧场1月12日19:35播出

30集电视剧 战雷神

第14集 查出单海动向的龙岗秀泽来到宁海州,准备找到单海为妹妹报仇。

单海一行人准备趁夜色潜入宁海州城内,没想到周扬在奔跑时脚陷入坑中。眼看探照灯就要照过来,单海坚决不肯扔下周扬,还好最后时刻化险为夷。

龙岗秀泽料定于士儒还会回陈小庄的根据地,命令刘朗在陈小庄设伏,抓捕于士儒。于士儒果然出现,刘朗为了保护于士儒被打死。

第15集 单海找到雪蓉,威逼她从日本人处打听于士儒下落。麻田得到消息,于士儒的父母在押送途中自杀。麻田命人封锁消息,因为这是招降于士儒的重要筹码。

于士儒投靠海龙寨的消息很快传到麻田处,麻田决定集中兵力彻底解决海龙寨,活捉于士儒。单海知道了于士儒的去处并听到了日军欲大举进攻的消息,赶紧派八两去海龙寨报信,自己和九钱前往八路军驻地搬救兵。

第16集 单海找秦子琼说明情况,要求八路军出兵。薛司令命秦子琼带兵前往海龙寨支援,同时争取单海加入八路军。

日军进攻,于士儒带人利用山上的有利地形,和日本人展开游击战。眼看寨子保不住了,程老七只好带着全部人马仓皇撤离。麻田搜查土匪寨子,一无所获,十分气愤,将赶来支援的八两和八路军战士们围困在山上。

第17集 于士儒带着程老七一队败军一路逃窜。他用金子为诱饵,窜唆程老七,让程老七抓住周家兄妹,夺取藏宝图。游击队脱离险境,郑城激将单海,让他一起去根据地,当面跟薛司令道谢。

于士儒审问周长,还打算继续骗取藏宝图。此时的周长已经彻底认清了于士儒的嘴脸,告诉于士儒其父母已经死了的消息,并趁机逃跑。但在追逐中周长误坠悬崖,不幸身亡。

T3影视频道强档剧场1月12日19:00播出