

从自学表演到专业学习

班效伟：有梦就要勇敢去追

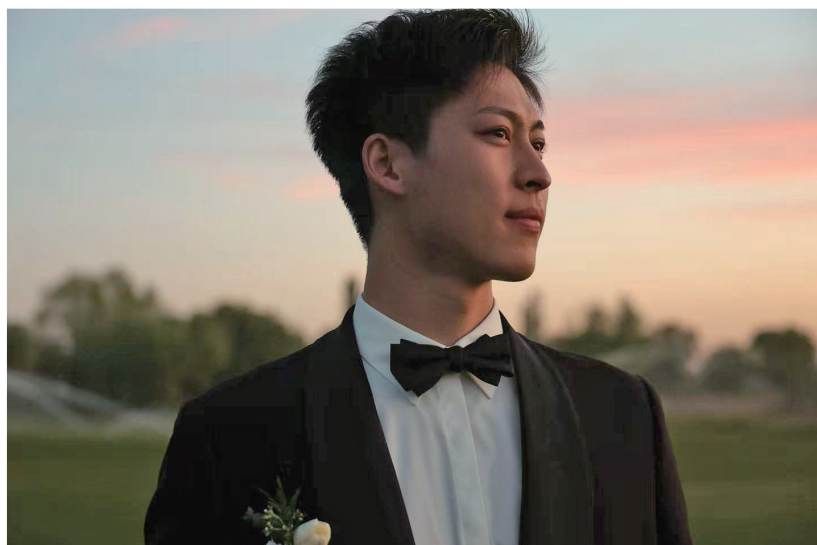
记者 吴璇
本版图片均由受访者提供

最近，“00后”小伙班效伟的视频号火了，这位大学生怀揣着对表演艺术最纯粹的热爱，奔走在不同的拍摄现场，扮演着形形色色的角色，用热情浇灌着自己的艺术梦想。

”



班效伟。



班效伟在拍摄中。

1 点燃梦想的火花

班效伟与表演的缘分，始于青春岁月。高中时期，他通过一个偶然的契机，发现了对表演的热爱。“当时我对表演是真喜欢，那份热爱拦不住。”朴实的话语道出他内心最真实的声音。在旁人质疑的目光中，他毅然选择了自学表演这条充满挑战的道路。

没有专业老师的指导，他就通过各种渠道如饥似渴地汲取表演知识；缺乏系统训练的机会，他就抓住每一个学习机会。最终，他成功考入银川科技学院传媒学院表演专业，正式踏上了专业表演学习的征程。

大学四年里，班效伟在表演艺术的海洋中尽情遨游。他的表演经历丰富而多元：从传统话剧到现代影视，从舞台表演到短视频创作，每一个领域都留下了他探索的足迹。

谈起第一次登台经历，班效伟记忆犹新。那是入学后不久的一场光影秀表演，作为新生的他在学长学姐和老师的指导下，一人分饰多个角色。虽然仅仅是几个动作，连台词都没有，但他仍然特别紧张。“其实，紧张也意味着对舞台的重视。”他说。通过简单的动作和光影配合进行表演的形式，让他第一次真切感受到了舞台的魅力。

在众多表演形式中，班效伟对话剧艺术情有独钟。在他看来，话剧表演对演员的要求更为严苛，台词功底必须扎实，肢体动作也要精准到位。

2 和角色一起成长

大学期间，班效伟积极参与各类作品的演出。对他来说，每一次表演经历都是一次宝贵的成长。

在参演一部大学生返乡陪伴患病母亲的微电影时，他努力揣摩角色内心世界，全情投入，认真对待每一个表演细节。这种专业态度让他在实践中不断精进演技。

对于演员这个职业，班效伟有着超越年龄的深刻理解。他认为优秀的演员应该是一个“全才”——虽然不需要在每个领域都达到很高的水平，但必须对编剧、导演、镜头语言等相关知识有全面的了解。“当具备导演思维，懂得镜头语言，理解整个故事线时，就能让表演更加得心应手。”这是他在实践中总结出的宝贵经验。每次接到新角色，他都会利用有限的时间学习相关知识：出演抗战题材作品时钻研枪械知识，扮演法律相关角色时研习庭审程序。这些额外的功课让他的表演更具说服力，也拓展了他的知识边界。

学习表演不仅让班效伟收获了专业技能，更深刻地改变了他的性格。曾经内向的他，在舞台上找到了表达自我的最佳方式。“在现实生活中，我不太喜欢过多交流，喜欢独处，但在拍戏时，我仿佛变成了另一个人。”通过塑造不同角色，他学会了打开心扉，将内心深处丰富的情感通过艺术形式展现出来。“我在生活中是个内敛的人，可一旦站在舞台上，或者面对镜头时，就必须拥有足够的自信和表现力。”这种切换，成为了他表演生涯中的独特体验。

3 追寻属于自己的梦想

即将大学毕业的班效伟，对未来的艺术道路有着清晰的规划。他渴望成为一名专业的话剧演员，同时也对影视表演保持开放态度，“打铁还需自身硬，我会抓住每一个机会去锻炼自己，不断积累经验。”

在他看来，话剧和影视都是展现表演艺术魅力的重要舞台。无论选择哪条道路，持续学习、不断突破才是关键。他愿意在这条艺术道路上保持初心，勇往直前。

表演道路上并非一帆风顺。班效伟也经历过许多年轻演员都会遇到的困境：角色塑造不到位、得不到导演认可、现场配合不默契等等。但在他看来，“扮演的每一个角色都是新的体验，在学习阶段，遇到困难是很正常的，重要的是从失败中吸取教训。”这种积极乐观的态度，让他在逆境中依然能够保持前进的动力。

当演员难免会遇到入戏太深的问题，对此，班效伟有自己的见解。他认为，演员需要建立强大的心理调节机制，能够在角色与自我之间自如切换。在排练中遇到情感难以控制的时刻，他会通过与亲友交流或自我调节来找回平衡。

除了表演，音乐也是班效伟生活中重要的调剂。他喜欢通过唱歌来放松心情，在旋律中寻找灵感，多元的艺术修养，让他的表演更具层次和质感。

在班效伟眼中，演员这个职业充满了无限魅力与挑战，他正在用自己的方式诠释着对表演艺术的热爱，追寻着属于自己的梦想。从自学表演的追梦少年，到即将步入专业领域的表演新秀，班效伟用他的故事告诉我们：真正的热爱能够战胜一切困难。



班效伟喜欢军旅题材的角色。