



“一人剧组”画面。(AI制图)

延伸阅读

一个人怎么拍电影？给想入局的人一份“起步包”

“一人剧组”的出圈，让不少人萌生单兵创作的想法。传统影视分为前期策划、中期拍摄、后期制作三大板块，十几个细分岗位，AI把所有工序整合，单人按8个步骤就能独立完成整部影片。

第一步 AI辅助剧本创作，生成规范的剧本大纲

不用苦思冥想剧情，只需向AI输入题材、时长、故事内核、风格要求，大语言模型可辅助生成剧本框架和相关素材。目前已有“汉语电影内容AI辅助创作平台”等专业工具，涵盖剧本初稿自动生成、剧本精细打磨及剧本多维度评估三大子系统，可从输入创意开始，生成数万字规模的剧本。

第二步 AI辅助拆解镜头，快速生成分镜脚本

剧本定稿后，AI可辅助解析场景、拆解镜头，标注景别、运镜、光影氛围。创作者使用AI工具将剧本拆解，自动生成角色设定和分镜脚本。传统剧组需要美术师数天完成的分镜工作，AI辅助可大幅缩短时间。

第三步 定制专属AI虚拟演员，无需真人出境

这是“一人剧组”最核心的突破之一。通过主体库功能，AI可保证角色一致性超96%。创作者上传参考照片后，AI可生成固定五官、身形、穿搭的专属虚拟角色，全片所有镜头人脸统一。

第四步 文生视频生成画面，虚拟场景替代实景拍摄

不用租摄影棚、外景场地、灯光器材，文字描述就能生成任意画面：古代皇宫、末日废墟、深海海底、太空空间站，任何现实难以搭建的场景都能实时渲染。国内首部AIGC微电影《音符中的密码》以可灵AI为技术支撑，实现4K高清画质，通过AI技术再现已故演员，实现“同框演出”。

第五步 AI辅助生成特效，降低后期制作门槛

传统特效成本高昂，AI可辅助生成爆炸、雨雪雷电、粒子光影等视觉效果。在微短剧《山海奇镜之劈波斩浪》中，水神共工从山中挣脱、破石而出的特效画面，仅凭一张图片便能实现。

第六步 智能配音配乐，一站式搞定音频体系

AI可辅助生成多种音色的人物配音，并能根据剧情氛围自动生成背景音乐。不过目前AI尚无法精准表达复杂情绪，语音的情绪还达不到真人那种细腻程度。

第七步 AI辅助剪辑，智能匹配叙事节奏

新一代AI剪辑工具已集成情感识别与自动组镜功能，能基于影片情感基调与叙事节奏选镜。测试显示，AI初剪与资深剪辑师作品相似度可达79%，完成速度却提升8倍。

第八步 成片统一渲染，直接导出完整影片

全部工序确认后，一键批量渲染成片，支持4K高清输出，直接上传各大平台。

(综合澎湃新闻、南方plus等)

“一人剧组”：年轻人用AI实现影视梦

你能想象吗？一个人，一台电脑，就能创造出一部完整的影视作品。编剧、导演、摄影、美术、剪辑、特效……长久以来，影视制作背后都有一个庞大团队。而如今，这一现象正在被技术悄悄改变：AI浪潮下，“一人剧组”成为可能。当“人人皆可创作”成为现实，影视行业的入场规则正在被改写。AI技术的赋能之下，跨界人士的导演梦似乎变得触手可及，这让不少非影视科班出身的年轻人看到了机会。不过，AI时代的跨界导演梦，真这么简单吗？

现象 “一人剧组”里的年轻人

在传统影视时代，对于没有接受过系统培训的人来说，影视制作是一件遥不可及的事。不会绘画无法制作分镜，没有团队无法完成实景拍摄，再加上资金、设备的限制，个人创作几乎无从下手。

AI技术的出现，彻底颠覆了这一状况。“AI技术的发展进步，带来技术平权。不用高成本的投入，很多人都可以成为导演，按照自己的创意制作视频。”拥有15年影视行业经验、从真人剧导演转向AI视频创作者的李永勤表示。

当AI视频生成工具的功能不断强大、虚拟形象的表演日益细腻，技术的成熟让众多怀揣影视梦的年轻人看到了机会。

赵子逸(化名)就是其中一位。“我以前是做设计的，主要是办公环境设计和绿植软装这一块。去年看到一个同行发了一条AI做的视频，让我产生了浓厚的兴趣，我觉得AI让普通人也可以实现电影梦。”赵子逸说，以前影像拍摄、后期制作都需要不同专业人员、设备软件。现在，一台电脑就能够实现创作自由。

当AI把影视创作的门槛一再拉低，一批年轻人开始把它当作事业来做。

北京一念万象科技发展有限公司(以下简称“一念万象”)创始人牛浩然认为，“一人剧组”的工作模式是未来影视制作发展的必然趋势。一方面，一个人独立做出一部完整作品，能保证作品逻辑的完整性和统一性；另一方面，

AI降低了影视制作的成本。传统剧组的人员、场地、设备等成本较高，耗资较大，比如一周的人力成本需要1-2万元，而公司一分钟的算力成本在200元以内，50分钟的视频成本仅1万元左右。往常线下拍摄一部短剧，加上剪辑需要一个月左右的时间，而制作50分钟的短剧仅需一周。

“AI现在发展越来越成熟，它操作门槛相对比较低，对于我们这种转专业的同学来说，它给了我们一个机会。”一念万象员工、24岁的穆科竹大学学的是环境设计，由于市场对本专业所需人才减少，他考虑投身当下热门的AI短剧行业。经过半年系统学习AI影视制作技能后，他成功转行，薪资达到了理想预期。

问题 “一人成组”背后，圆梦还是阵痛

“毫不夸张地说，‘一人成组’的确是我日常真实的工作状态。”赵子逸表示，从写本子，到创作视频，自己一个人就能完成一部影片所有的工作。

不过，并非“输入一段文字即可一键成片”，AI影视创作有一套完整的制作流程。赵子逸介绍，从小说变成剧本，再到分镜剧本，然后要做场景图、人物图、服装、道具等，这些基础工作做完后，再正式开始视频制作。

“视频制作就像开机，你转变成导演地位，指挥你的AI演员怎么样去完成表情动作。都完成后就开始抽卡，看生成出来的视频，和预期的有没有不一样，不一样的话再修改提示词。”赵子逸表示，自己目前以创作小说改编的短剧为主。

曾在传统影视行业工作过7年的张丽解释，创作流程大致是：读剧本——找影调等参考写分镜——出人物场景资产——视频生成——视频后期。

“AI出现后，诞生了一些超级个体。但我在影视制作行业里干了这么多年了，很少遇到全能型的，每个人都有长处和短板，所以一个好作品还是依赖团队的。”张丽说。

的确，跨界进入影视行业看似轻松，其实面临着不少难题。

“镜头语言是一大挑战。我以前做了十几年设计，对美感是有直觉的，但也要学习影视方面的镜头语言。”赵子逸说，对没有接受过专业培训的人来说，影视创作是一个全新的领域。大部分“野生导演”在进入这个行业之前，更关注一部作品的精彩程度，而在进入行业

后，学习镜头语言成了“必修课”。

动画专业毕业的孙阳坦言，AI操作门槛低逐渐实现创作平权，这对人的要求也越来越高，比如需要有审美判断、导演统筹、知识储备等复合能力，大家面临着不小的压力。尽管如此，孙阳依然对短剧行业很有兴趣，“希望能做出自己的作品，被更多人看到。”他说。

除此之外，一人创作的“超负荷”运转，也是一大难题。

赵子逸说，为了完成一部漫剧，自己花了大概3个月，一个人从晚上8点一直工作到次日早上8点，身体严重透支。“我天天熬夜，熬夜抽卡人少、排队时间短、用的点数少，省了大概一万多块钱的费用，然后把身体熬坏了，住院一周花了一万多元，又搭进去了。”

提醒 行业需要复合型人才，入局需谨慎

除跨界创作的不易与“一人成组”的艰辛之外，市场飞速变化的口味也让“野生导演”之路难走。

日新月异的市场口味更是让“野生导演”们的创作雪上加霜。好不容易完成了一部作品，却发现市场早已流行新“套路”了。

“完全没有影视基础的人要想入局，还是要谨慎。”赵子逸表示。

不少业内人士表示，现在行业最缺的是既

懂创作，又懂AI使用的复合型人才。AI导演更像“六边形战士”，编、导、拍、剪、美术都要有基础，还要懂提示词逻辑。

面对蜂拥而至的新人，今年夏天，深圳独立创作者“不吃榨菜”用一部AI志怪短剧《非妖哉》，完成了从干粉到超50万粉丝的惊人一跃。他给出的建议并非传授提示词秘籍，而是泼冷水：先夯实分镜、影视叙事等专业基础再入局，否则处处碰壁。他认为，AI创作最终回归内容

赛道，平台流量分配相对公平，传统影视积累的审美、对人性与社会的理解，才是决定作品高度的核心壁垒，而非提示词技巧本身。

“叙事结构等其实是影视创作者的基本功，和AI工具关系不大。AI影片本质上还是影像创作，在美术和视听语言上下了功夫就不会同质化。”张丽认为，深耕作品，才是这个圈子生存的王道。技术迭代速度极快，但镜头语言、剧本内容是永久核心竞争力。

趋势 AI短剧行业迎来提质拐点

技术的更新以及人才的涌入，让短剧产能得到了充分释放。中国网络视听协会出品的《微短剧创作指引(2026年Q2)》(以下简称《指引》)显示，2026年第二季度，国内主流平台合计上线微短剧23.9万部，其中AI剧15.3万部，占比约64%。

一边是越来越多的年轻人以“一人剧组”的形式入局，一边是AI短剧“产能很大、新意不足”的泡沫化特征日益显现。目前，行业正在从“量的扩张”转向“质的提升”，迎来提质的拐点。

《指引》显示，AI剧经历年初的爆发式增长后，初期红利快速消退，在第二季度进入一个相对平稳的发展阶段，月均上线量5万部。AI剧中，仿真真人AI剧占比近九成，但仿真人

AI剧在选题上，大多复刻真人剧热门赛道，其在超现实设定、题材拓展和叙事创新方面的独特优势还有待进一步释放。

“技术降低的是制作门槛，不是创意门槛。”中国传媒大学戏剧影视学院教授赵晖指出，短剧行业的核心竞争力逐渐从技术制作转为审美与创意的比拼。具体体现在3个维度：一是故事创意的竞争，摆脱同质化霸总、逆袭套路，挖掘地域文化、非遗、现实题材、红色故事等独特原创IP；二是视听审美的竞争，在镜头语言、视觉效果、国风美学上建立独特风格；三是价值内核的竞争，短剧不再只是娱乐产品，还承载着普法、文旅传播的文化功能。

平台扶持转向“只托底精品、其余走分

账”的策略，也成为AI短剧出清低质产能的重要推手。8月27日，作为中国AI短剧最大的分发平台，红果短剧执行新剧本合作政策：S+级保底由4万元降至1万元，S级由2万元降至5000元，A+/A级取消保底，整体降幅达75%。

赵晖建议，创作者深耕本土文化，打磨原创剧本；平台建立精品扶持机制，优化分账导向，鼓励优质内容；高校与行业共建人才培养体系；监管引导行业摒弃流量至上的浮躁思维。多方合力，推动微短剧从流量产品升级成为新时代的新大众文艺精品。

(综合《中国青年报》《钱江晚报》《齐鲁晚报》等)



一人“手搓”而成的AI短剧《观边青梅》画面。(资料图)

声音

“一人剧组”亟需走出同质化泥潭

◎舒昊

随着AI视频工具的普及，“一人剧组”正成为微短剧行业的新兴力量。一个人、一台电脑、一套AI工具，就能完成从剧本生成、分镜设计到视频剪辑的全流程，传统短剧拍摄中演员、摄像、灯光、剪辑等多工种协作的高成本、长周期被彻底打破。

当“一人剧组”的产能迎来爆发式增长，同质化泥潭也随之显现。超九成的AI短剧难以出圈，核心症结在于大量创作者陷入“技术依赖症”：放弃原创剧本打磨，直接套用“重生逆袭”“霸总甜宠”“赘婿打脸”等网文爽文模板，仅更换人名、服饰与AI生成画面；受限于模型训练数据的偏差，角色面孔高度趋同，78%的AI角色集中在25岁至35岁浅肤色群体，标准化美颜人像占比超八成，观众连刷数部便患上“短剧脸盲症”。

这种“拼速度、拼产能”的粗放路径，本质是对技术红利的透支。AI能在一秒内生成精致面孔，却无法复制人类真实的微表情与情感温度；能批量拼接冲突桥段，却无法构建完整的人物弧光与价值内核。当短剧沦为算法流水线上的廉价快消品，观众的审美疲劳便会加速消耗行业口碑。纯走量工作室3天产出一部AI短剧，全程无专业把控，而手工精修AI作品需逐镜调整分镜、优化神态，一个月仅能产出一部精品，两者质感天差地别，但批量流水线泛滥，让用心打磨的优质作品难以获得流量曝光。

走出同质化泥潭，需要创作者、平台与监管的协同发力。对创作者而言，AI是辅助创作的利器，而非替代思考的遮羞布。AI负责让脑中画面成真，但剧本的文化立意、情感温度、审美判断，仍需创作者长期沉淀的独立思考与一帧一帧地打磨。未来竞争的核心，是从“拼技术”转向“拼创意、拼内容”，让短剧承担普法、文旅传播等社会功能，而非仅停留在即时爽感的浅层冲突。

对平台而言，需摒弃“唯流量论”的算法导向，建立多元评价体系。一些短剧平台已启动高频AI脸、同质化专项治理，调整合作政策，大幅降低低级别剧本保底金额，转向“只托底精品、其余走分账”，这是行业提质的积极信号。平台应通过流量扶持、分级推荐，为差异化精品提供更多曝光机会，让不同风格、不同面孔的作品都能被看见。

监管层面，《微短剧发展管理办法》已于9月1日施行，按投资额对AI微短剧实施分类管理，压实平台审核责任，为行业划定底线。但长效治理仍需完善版权保护、未成年人保护等配套机制，防止AI沦为侵权与低俗内容的生产工具。

“一人剧组”是技术普惠的生动注脚，也是大众文艺生态的重要组成部分。唯有让技术为“人的温度”赋能，让创意与内容成为核心竞争力，“一人剧组”才能真正走出同质化泥潭，在新时代的大众文化图景中，绽放出属于个体的独特光芒。