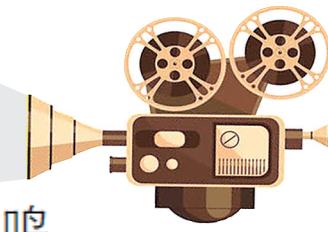


贺岁档再现 “打工人年度治愈指南”

《不过是上班》引领开年解压浪潮 时间循环点燃职场共鸣



2026年贺岁档竞争日趋激烈之际，聚焦都市职场人群生存状态的喜剧电影《不过是上班》开启全国预售。影片凭借对职场痛点的捕捉与治愈温情的内核，预售表现稳步走高。

作为开年首部以“职场循环困境”为主题的喜剧，该片由刘同监制、编剧，王梓骏执导，吴俊霆、李孝谦领衔主演，安娜Ana、周德华、合文俊、小爱等喜剧演员加盟，李川特别主演，定于1月10日全国公映。此前在2025年12月，影片于全国十一城举办了百场限定点映，收获“最懂打工人的开年喜剧”“解压神器”等大量好评，被视为贺岁档职场题材的潜力黑马。



“打工人喜剧”的进阶

近年来，“打工人喜剧”在贺岁档逐渐形成一条清晰赛道——《年会不能停！》凭借对职场文化的荒诞解构和精准共鸣，实现了票房与口碑的双重丰收；而《胜券在握》虽阵容强大，却因叙事悬浮、与现实脱节而反响平平。由此可见，该类型影片成功的关键在于能否扎根真实职场，在喜剧外壳下承载真切的情感共鸣。

《不过是上班》在此脉络下展开

了新的探索。影片创新引入“时间循环”这一奇幻设定，将职场日常困境极致具象化。故事围绕吴俊霆与李孝谦饰演的职场搭档展开，因领导一句“什么狗屁方案”，二人陷入日复一日的方案修改、无效加班与沟通困境，甚至遭遇同事离奇“消失”的悬疑情节。在循环中，两人从对立走向协作，逐步揭开公司背后的秘密，“想在重复的日子里找到出路”成为贯穿全片的情绪主线。

影片在形式上大胆融合动画、黑白片、赛博朋克视觉及默剧段落，强

化了职场的荒诞质感。此前释出的主题曲MV与“准点下班”海报，因生动刻画“24小时工作群”“老板画饼PUA”等场景，被网友戏称“在我工位装了摄像头”。而“工作是打工人KPI，自由是人生VIP”的slogan，则直指影片核心：夺回生活的主导权。

点映台词金句引共鸣

《不过是上班》中诸如“压垮你的不是工作量，是你泛滥的责任心”“工作只是谋生手段，别为它耗尽自己”

等台词，在点映后迅速成为社交平台热议的“职场生存指南”。监制刘同阐释，片名“不过是上班”并非轻视工作，而是希望观众理性看待职场压力，避免被工作异化生活。

点映期间，影片收获了大量评价，“爆笑又扎心”“像在演我的日常”成为高频反馈，也有观众感慨影片对“职场搭子情”的细腻刻画令人动容。猫眼等平台涌现“现实又治愈，适合每个疲惫的职场人”等好评。同时，也有少量观众指出影片在爱情线融入、部分台词设计及结尾收束上存在提升空间。影片演员演绎鲜活默契，吴俊霆与李孝谦塑造的“摸鱼派”与“内卷王”，从冲突到互助的过程自然生动，诠释了“同事是职场困境的最佳解药”。安娜Ana、周德华等喜剧演员的加盟，增添了扎实的笑料支撑。

与《年会不能停！》的犀利批判不同，《不过是上班》更侧重于个体在困境中的自我觉察与温和和解；相较于《胜券在握》的悬浮感，它则始终扎根于真实的职场细节。这种“不贩卖鸡汤、不鼓吹躺平”的治愈向叙事，为“打工人喜剧”提供了新的情感面向。

业内观察指出，年末岁初是职场人情绪释放的关键节点，影片“笑中带愈”的特质精准契合市场需求。随着预售全面开启，若公映后能延续点映期积累的口碑热度，这部作品有望成为贺岁档一匹值得关注的黑马，为2026年的电影市场带来一抹不一样的色彩。

惊悚悬疑冒险齐登场 本周新片组团制造“心跳体验”激活观影热情

随着2026年元旦档落幕，全国电影市场短暂回归平淡。据灯塔专业版数据，元旦档后首个工作日全国票房环比大幅回落，影市亟待新片注入活力。本周，除了《不过是上班》，还有《新狂蟒之灾》《96分钟：列车爆炸案》等多部风格鲜明的新片集中上映，涵盖喜剧、动作、冒险、惊悚等强刺激类型，以“玩的就是心跳”的精准定位，瞄准年轻观影群体的解压需求，全力激活周末影市。

回顾刚刚结束的元旦档，市场表现可圈可点，档期总票房达7.39亿元，位居影史元旦档第七位。其中1月1日当日票房3.38亿元，同比去年的3.06亿元增长10.4%，实现了新年影市的开门红。不过细分来看，市场热度仍高度依赖头部老片的长线效应，重点影片排名中，《疯狂动物城2》与《阿凡达3》高居一二位；两部新片《匿杀》《寻秦记》虽跻身榜单三四位，但整体未能形成足够强势的市场拉动。元旦假期结束后，影市迅速降温，部分影院上座率回落至个位数，不少观众表示“节后缺乏观影动力”。

本周上映的新片中，《新狂蟒之灾》以“喜剧+动作+冒险”的多元融合风格备受关注。作为经典IP的续作，影片延续了“巨型狂蟒”的核心元素，并创新性地加入喜剧内核，讲述了草台班子剧组为拍摄经典IP《狂蟒之灾》寻找新蛇救场，深入南美雨林后意外遇上真巨蟒，在惊险逃亡中上演一系列乌龙趣事的故事。片方发布的终极预告中，巨型狂蟒的震撼特效、雨林探险的紧张氛围与队员间的搞笑互动形成强烈反差，既保留了冒险片的刺激感，又通过喜剧桥段降低了观影门槛。1月9日，这部新片来“解压”。

惊悚恐怖赛道在1月9日迎来《半夜叫你别回头2》。作为系列续作的《半夜叫你别回头2》，延续了前作的“中式惊悚”风格，聚焦民间恐怖传说，有望成为年轻观众期待的“胆量测试器”。

犯罪电影《96分钟：列车爆炸案》定档1月10日，影片由邹介中监制，洪子烜执导，洪子烜、陈怡方、杨宛儒编剧，林柏宏、宋芸桦、王柏杰、李李



仁主演，影片主要讲述了前拆弹专家宋康任（林柏宏 饰）和警员未婚妻黄欣（宋芸桦 饰）意外搭上载有特殊炸弹的列车，深陷生死抉择与人性拷问的故事。在极限的96分钟之内，宋康任能否成功解除危机，并保住两辆列

车上乘客和亲人的性命？1月10日，走进影院一起见证这场令人心率狂飙的极限拆弹故事。有业内人士分析，这类强情节悬疑片往往具备让观众目不转睛的吸引力，有望凭借口碑发酵实现票房突围。