

综艺是文化产品，又越来越像一面镜子。2021年，什么样的综艺最终被观众打高分？

2021年，国产综艺节目大爆发。《戏剧行新生活》《脱口秀大会》《再见爱人》《国家宝藏·展演季》《舞千年》等高口碑综艺，证明优质综艺的生命力和影响力，远远超越了想象。

这一年，综艺市场推陈出新，想象力得到空前激发，更多潜在受众与新的领域被广泛发掘出来。年轻观众喜爱启发想象力的新潮文化，也会迷恋古典传统的艺术形式；他们会憧憬远方的诗歌，但又无比在意日常生活的饱和度，以及亲密关系的紧密度。

综艺是文化产品，又越来越像一面镜子。我们想在综艺里寻找答案，确认自我。真人秀，渐渐被赋予关照现实的期许。



2021综艺大爆发

综艺节目更懂年轻人了？

你越真实我越喜爱，拥抱生活真相让综艺更动人

回顾这一年综艺市场，观众愿意埋单的佳作，都与“真实”二字有关。

我们不需要悬浮的主题，不需要明星卖力的营业，更不需要花里胡哨的表达。综艺越贴近人间烟火，遵从普通人的喜好和逻辑，越能在观众心底扎根。

2021年，脱口秀很火，喜剧表演很火。《脱口秀大会》第四季、《一年一度喜剧大赛》、《吐槽大会》第五季等，让我们惊喜地看到，喜剧可以“盘活”综艺了。

脱口秀舞台有多神奇呢？最明显的一点，舞台不只属于专业演员了，每一个普通人都可以做至少5分钟脱口秀演员。在《脱口秀大会》舞台上，我们看到一些“素人”，下班之后跨界去讲脱口秀，说得还不错。他们给习以为常的日子“撕开一道口子”，借助幽默和“冒犯”的艺术形式窥见一些鲜活的东西，让我们在大笑的同时重新审视自我。

今年喜剧综艺的进步之处在于，表演者能以剖析日常生活为起点，在繁杂的“社会丛林”里挖掘出婚恋观、亲子观、职场观、自我价值认同等诸多议题，通过一个个有趣的“梗”，戳中我们，也慰藉我们。

例如《一年一度喜剧大赛》中，《互联网体检》《三毛保卫战》《时间都去哪儿了》等出圈节目，笑点无一不是脱胎于现实的焦虑与无奈，观众边爆笑边大呼“有人偷窥我的生活”。

因为拥抱真实而赢得人心的综艺，还有《戏剧行新生活》《再见爱人》等观众意想不到的“黑马”。

一档聚焦戏剧题材的真人秀《戏剧行新生活》，把乌镇的小桥流水和戏剧人的生存境况搬到了线上。是选择为了钱放弃舞台上最爱的一亩三分地，还是宁愿不赚钱，也要屹立在追光灯下？与其说观众在看戏剧真人秀，不如说是重新认识“戏剧人”，审视他们真实的生存境况。

在第八届乌镇戏剧节，《戏剧行新生活》中的剧目进行线下演出，场场爆满，印证了综艺对受众的深远影响力。

而纪实观察真人秀《再见爱人》则非常勇敢地关注最扎心的“婚姻真相”：让观众观察和思考，两个熟悉的爱人是怎么走散的？谈论分手与告别，令《再见爱人》的气质与其他甜蜜情感节目“逆向而行”。

《再见爱人》如今豆瓣评分高达8.9分，这档真人秀提供给观众一份“体面的真实感”。浸泡在日常琐碎里的真相，往往是最动人，也是最扎心的。

新题材井喷：线下到线上，幕后到台前

2021年，综艺市场呼唤“新”的风吹进来。

线下“剧本杀”“密室逃脱”，这一年成为年轻人的社交文化标签。以搜证推理风靡的《明星大侦探》《密室大逃脱》，依然火爆；而定位更精准、垂直的“新品”开始登场，例如《奇异剧本鲨》《萌探探探案》。

《奇异剧本鲨》混搭“剧本杀+桌游+各种元素”；推理真人秀《萌探探探案》不仅为了破案，还带观众重返记忆中最熟悉的经典影视IP，和“剧中人”重聚，甚至通

过“二次创作”改写原故事中遗憾的部分。

妈妈群体登上综艺，并非新鲜事，可是2021年的几档“妈妈牌综艺”，更为深刻地展现妈妈们除了上班和下厨之外的鲜活状态。

《上班啦！妈妈》聚焦职场妈妈群体，呈现出当代新女性在职场和家庭两种不同环境下，生活状态的差异和变换；《妈妈，你真好看》，为妈妈们打造了一个专属时尚舞台。妈妈们呈现给观众的精神底色和需求样貌愈发丰富起来。

《这！就是街舞》《这！就是灌篮》《“拳”力以赴的我们》《超新星运动会》等体育真人秀，以及《冬梦之约》这种以冬奥场馆为拍摄主体的节目，营造了浓郁的“体育综艺”氛围。

只要有可能产生讨论的场域，都有机会诞生综艺的萌芽。

生活中司空见惯的“幕后”职业、工种，渐渐成了真人秀的观察主体。

导演竞技真人秀《导演请指教》《开拍吧电影》，把一群导演聚在一起PK创作，一面让你窥视电影生产链条，一面近距离感知导演日常面临的压力和焦虑。

程序员也上真人秀了，而“虚拟生命”也可以成为偶像，综艺的未来科技感和高能感扑面而来。

国内首档程序员真人秀《燃烧吧！天才程序员》中，20位顶尖AI工程师与网络安全极客选手，盲选组成4个战队，在48小时内解决节目组设下的难题。谁能抗拒这种大神云集互相“智商battle”的名场面？

国产原创动漫形象舞台竞演节目《2060》，则让26组制作人和他们创造的V-life来到现场，带来各具特色的虚拟音乐舞台。与真人偶像一样，虚拟形象也会在竞技中成长、进步，也需要凭借魅力获得观众的喜爱。

2021年告诉我们，尊重观众、理解年轻人的创新产品永远有机会，若缺乏创意和活力，“综N代”也必然会没落，无法一直依赖IP“躺赢”。

在年轻人内在需求上深度探索，形成讨论爆点

2021年，综艺节目是否更懂年轻人了？

婚恋综艺版块有显著的扩张趋势，《心动的信号4》《怦然心动20岁》《90婚介所》《平行时空遇见你》《仅一日可恋》《女儿们的恋爱4》等，让观众开启了真情实感的“追剧”模式。

有些让人特别“上头”，也有些让人尴尬得“脚趾抠地”。我们永远对“亲密关系场”里的话题津津乐道，观众也愿意倾听和琢磨别人输出的感情观点。这一波“恋综热”背后隐藏的“流量密码”，或许并不是大家想恋爱了，而是大家想明白恋爱中的自己该如何长大。

这届观众不仅喜欢看他人谈恋爱，在屏幕前嗑CP，还喜欢看其他人是怎么实习找工作的。

职场真人秀在今年迎来一轮新热度：《令人心动的offer》《闪闪发光的你》《初入职场的我们》……这类节目往医学、金融等大众不熟悉的领域延伸，将职业图景一一铺开来，勾起观众的好奇心。

另外，职场综艺高度聚焦职场新人的心理动态，倾向于呈现每个人细微之处的不成熟和小纠结，不惧短板与局限，怀揣热情勇敢向前，因而更能引发青年观众的

共情。

2021年，一些展现阳光、自在、积极生活态度，或者注重友情联结的真人秀，开辟了一片小天地。

《五十公里桃花坞》，在北京京郊，15个嘉宾共同生活21天。观众透过真人秀镜头，观察颇有实验性质的当代人群体社交图鉴；主打好朋友旅行的真人秀《恰好是少年》，让每个观众看到了理想的旅行模式：如果你和最要好的朋友一起自驾旅行，这会是多快乐多过瘾的一件事。

音乐竞演节目，向来是争夺年轻观众的“常规战场”。今年，《披荆斩棘的哥哥》独树一帜，以“时代的回忆”为独特切入点，给大家提供一个“回忆杀”舞台。

而发掘、培养说唱新人的《少年说唱企划》、原创音乐综艺《我的音乐你听吗》《明日创作计划》等，显露出与往年不同的气质：创作感高于表演感，对青年音乐人“原创”才能的展现有所增强。

2021年，主打“青年牌”的综艺，聚焦特定年龄、圈层、职业受众，叙事口吻更细腻，挖掘群体心理的力度亦有加大。深度与细致，让节目形成了讨论爆点和张力，引起破圈效应。

非遗成了舞台的主角，古典意蕴与新潮表达紧密融合

这一年，多档文化类综艺节目，让传统文化“破壁”，国风国潮出圈。非遗艺术成了舞台的主角，古典意蕴与新潮表达紧密融合。

《中国诗词大会》依然拥有极强的市场号召力；《典籍里的中国》融合“电视+电影+戏剧”这一形式，让典籍在电视屏幕上“活”了起来；《妙墨中国心》用一首摇滚乐演绎张旭的草书，将草书的韵律展现得生动可感。

《国家宝藏·展演季》演绎国宝传奇的方式更为灵动曼妙，能以一支汲取商周十供灵感的古典舞，揭面隐隐无声的时代；也能借助一部音乐剧，走进清乾隆农耕商贸图外销壁纸，演绎东方与西方的对话。

以《唐宫夜宴》为起点，河南卫视推出了《七夕奇妙游》《中秋奇妙游》《重阳奇妙游》等“中国节日”系列节目，采用“网剧+网综”的形式将节目与故事情节相结合，在每一个隽永的传统节日，掀起一场文化大狂欢。惊艳的非遗舞台，如“大电影”一般的剧情呈现，创造了美，也造就了我们对下一个传统节日的期待。

这些节目的后续传播证明，我们需要的综艺，不只是茶余饭后的娱乐消遣，不是快消品，它也应当承载传播传统文化和青年文化的使命。

《舞千年》《舞蹈生》等主打舞蹈的综艺，引发观众对优美中国舞的关注和追捧，一支古典舞能在社交网络上刷屏，吸引网友探索与之相关的历史朝代。例如盘鼓舞《相和歌》，在微博话题的总浏览量超1亿次。

古典艺术不再是史册和壁画里静止的记忆，也不是流行文化的“背景色”，而是舞台上独当一面的大主角。

这一年，你会发现，传统文化欢迎所有大胆新颖的综艺玩法，欢迎一切深厚且生动的讲故事方式。在综艺里，我们也能找到传统文化密码，并由此往历史深处走去。

据中青在线