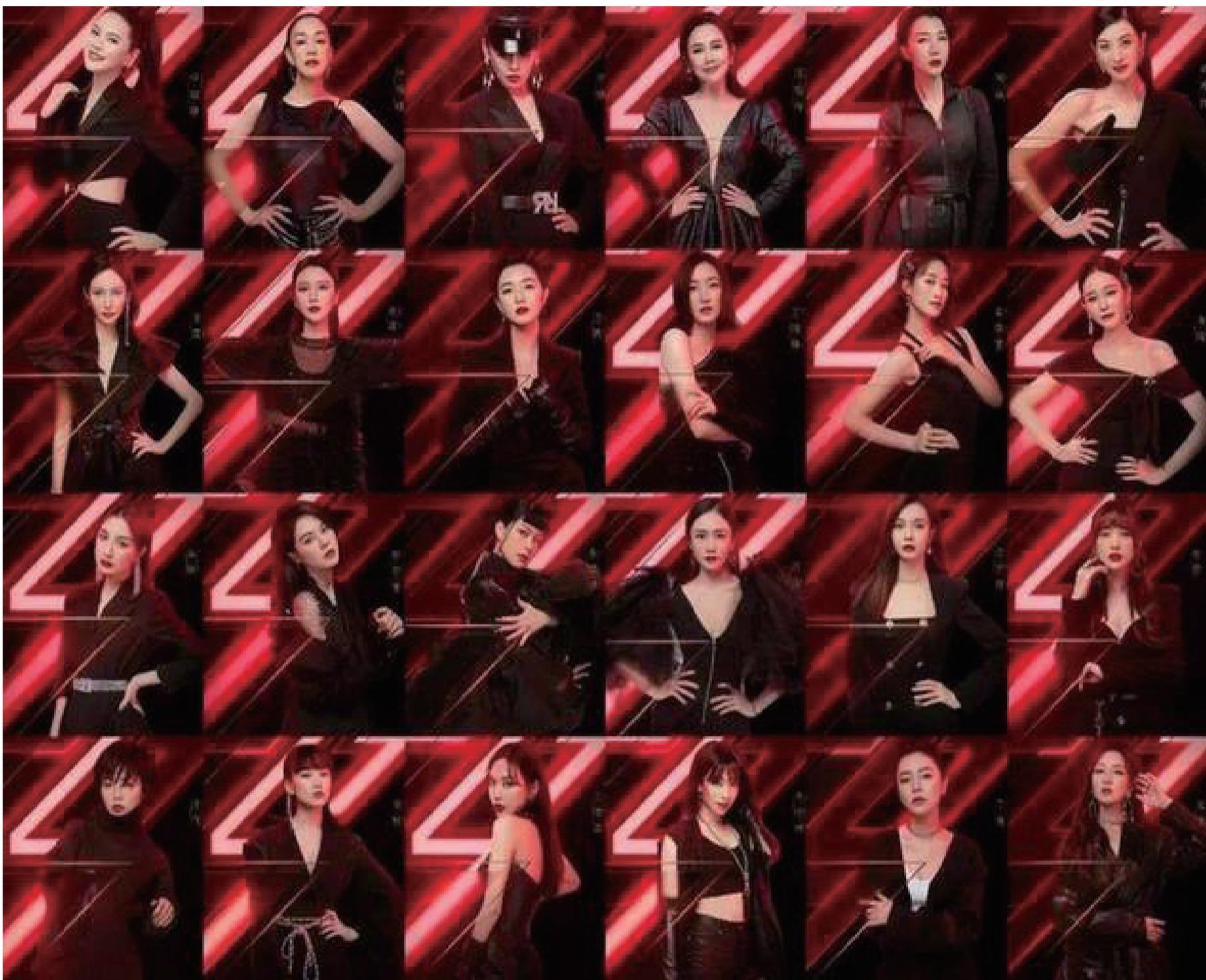


綜藝激發共情，方能乘風破浪



選秀，對於每一個 80、90 后并不陌生。2005 年被很多人稱為選秀元年，“玉米涼粉盒飯”們在商業街為選手拉票、直播時萬人空巷的場面，至今讓人記得。然而，元年即巔峰，盡管此后的十多年選秀節目越來越多，從女生到男生，從女團到男團，但能真正做到和那一年超級女聲一樣引發全社會反響的節目却寥寥無幾。

《乘風破浪的姐姐》算得上近幾年受關注度最高的一檔，盡管在幾乎 0 宣傳的情況下悄然開播，盡管正趕上微博熱搜消失的那幾天，盡管在同期還有其他女團選秀節目正在播出，姐姐們依然乘風破浪成功出圈，網友們甚至手繪熱搜在朋友圈刷屏，播出至今節目熱度依然不減，每一周播出後總能霸屏各種社交平臺。都是超過 30 歲的姐姐們，精力、活力、青春力自然無法跟 20 歲的小姑娘相比，《乘風破浪的姐姐》之所以還能吸睛並引發無數話題，成功之處在於其滿足了受眾的情緒價值，並持續引發受眾的共情，尤其是直戳女性觀眾的痛點。

例如，30 歲以上甚至 40 歲以上的女性在職場上失去競爭力了嗎？拋開舞臺，我們自己或者身邊的女性朋友或許都曾遇到過這樣的問題，也常會有這樣的內心焦慮。的確，在職場上，女性想要獲得同

樣的成功，常常要付出比男性更多的努力，尤其是人到中年，來自社會、家庭的壓力，讓女性更難全身心專注在職場上，因性別受到不公平待遇的情況也比比皆是。但 30+ 的女性在職場上真的失去競爭力了嗎？《乘風破浪的姐姐》使用 30 位姐姐乘風破浪的經歷和在舞臺上砥礪前行的勇氣喊出，30+ 的女性或許不再年輕，但同樣熱愛、同樣勇敢，她們思想成熟、經驗閱歷豐富、內心更加篤定，她們有能力創造更多的可能性，這也正是無數女性觀眾內心的共鳴。

再如，在成功路上，30+ 的女性一定事業家庭兩難全嗎？《乘風破浪的姐姐》同樣給出了否定的答案。伊能靜 53 歲，盡管常常自責因為工作無法陪伴女兒小米粒，但熟悉她的觀眾都知道伊能靜在堅守事業的同時其實絲毫沒有疏於對女兒的悉心照料；萬茜坦言事業和婚姻根本無法平衡，肯定一方需要作出犧牲，但這一方并不一定非要是女性，產後兩個月選擇復出工作，是丈夫給了她最大的支持和鼓勵……30 位姐姐中，又不少已為人妻、已為人母，但我們在她們的臉上依然可以看到寫滿着歲月靜好，她們過得很幸福，且同時沒有失掉自我。多少女性觀眾從中看懂，并非每個事業成功的獨立女性婚姻家庭

一定不幸福，選擇了柴米油鹽相夫教子也不意味著必須丟掉自己的事業，原來只要你敢想、肯拼，事業、家庭是可以平衡好的。

節目文案中有這樣一句話：三十歲以後，人生的見證者越來越少，但還可以自我見證。三十歲以後，所有的可能性不斷褪去，但還可以超越時間，超越自己。相比普通女性，三十位姐姐的確比同齡人顯得更年輕，但歲月并不會格外偏向某個人，女明星也不例外，在她們“逆齡”的背后，是付出了超過很多人千百倍的自律與努力。為了呈現最好的舞臺效果，姐姐們在訓練結束後主動加練；辛苦的訓練後節目組準備了夜宵，但姐姐們為了保持身材最多只是嘗一兩口便回房休息。這樣的努力和自律也是節目引發共情之處，很多人發現原來女明星并非只靠天生麗質，每一個高光時刻都是無數汗水與淚水澆灌而成。反觀生活中同樣如此，那些活成了我們理想中的成功女性，背後經歷的披荊斬棘亦然。

當娛樂至上、流量為王的大潮褪去，當各種同質化、模式化的綜藝套路讓人審美疲勞，綜藝節目如何才能出圈？找準痛點、激發共情或才能“乘風破浪”。