

中老年恋爱综艺，为何让年轻人“上头”

今日女报/凤凰网记者 赵晗菁 陈雪炎

“大胆又直白，中老年人的恋爱交友综艺，我看得入迷。”近来，一档国外“中老年恋综”在各大网络平台火出圈，引得一众网友围观。“中老年相亲节目有多好笑”“中老年人硬核相亲”等多个话题，在小红书、抖音等平台的累计话题量和播放量破亿。

从网络上的零星讨论，到各大平台的竞相推出，“中老年恋综”这类看似小众的节目，却意外地引发了广泛关注和讨论。这股“银发浪潮”的背后，究竟潜藏着怎样的社会情绪？“中老年恋综”为何能拨动年轻人的心弦？近日，今日女报/凤凰网记者探索其背后的“出圈秘籍”……



“中老年恋综”在年轻人中火了

钱钟书在《围城》中这般写道：“老年人恋爱，就像老房子着火，没得救。”当下，许多节目抓住了“黄昏恋”这一话题，投身于“中老年恋综”的制作。从大家熟知的大龄男女交友真人秀《桃花朵朵开》，到浙江卫视推出的以短途旅行为主题的社交真人秀《当我们遇见你》，以及国外中老年恋爱综艺节目《最后的爱情》，此类综艺节目的形式可谓丰富多样。

“起初关注这类综艺节目是

出于好奇，想了解父母那代人究竟如何谈恋爱。”网友李灿和今日女报/凤凰网记者分享道，她最近关注了一部国外“中老年恋综”。节目里，8位年纪均在50岁以上的单身男女齐聚海岛别墅，在共同相处的10天里彼此了解互动，寻找心仪的另一半。

“无论是‘擂台相亲’还是旅行交友形式的‘中老年恋综’，嘉宾们展现出的年龄与容貌的反差感、礼貌不拘谨的成熟感，还有初次见面时从容的社交状态，

我都看得津津有味。”李灿说。

在小红书平台搜索关键词“中老年恋综”，浏览量达220多万，不少网友讨论道：“‘恋综’已经卷到中老年群体了！”“从‘找乐子’点进去，到一集不落地追完，‘中老年恋综’从情绪价值上拿捏了我”……无论是满足好奇心理、从节目中获取情绪价值，还是不同年龄段长辈的个人魅力、带来的情感启示，都让“中老年恋综”逐渐成为年轻人关注的热门话题。



跨越年龄的共鸣，年轻人从中汲取养分



在网络上，“中老年恋综”话题度颇高。

“没有潜台词，上来就‘直给’！”“大方地表达自己的要求真好！”在网上，类似的帖子不乏少见，不少年轻人渐渐成为“中老年恋综”的忠实观众。

在以往，不少“恋综”为了追求高热度、博眼球，逐渐走向剧本化的歧途，丢失了交友节目最本真的初心。而“中老年恋综”的独特魅力恰恰在于，它回归到了爱情最纯粹的本质——面对爱情时的勇气与坦诚，这也让年轻人看到了爱情别样的可能性。

“比如说在《最后的爱情》节目中，有一位离异女士，她在

前段婚姻里倾尽全力去配合对方，可最终却未能收获一个圆满的结局。她在节目中感慨道，千万不要毫无底线地透支自己去迎合别人，相互扶持才是婚姻的真谛。这段话真的给了我太多的启发。”李灿有感而发地说道。

对于中老年人而言，重新鼓起勇气去寻找爱情，无疑需要巨大的决心和勇气。他们中的许多人，既是父母，又是子女，肩上承载着来自家庭、社会等多方面的沉重压力。但在“中老年恋综”的舞台上，这些嘉宾却能落落大方地分享自己独特的恋爱观、家庭观，毫不忌讳地探讨上一段婚姻的经历，他们的这份豁达与坦然，着实令人动容。

“中老年恋综”之所以能够走红，绝不仅仅是因为它提供了新颖的节目形式和丰富的情绪价值，更为关键的是，它成功地触动了年轻人的内心深处。在这个快节奏的现代社会里，年轻人的爱情往往如一阵风，来得快去得也快。而“中老年恋综”宛如一盏明灯，告诉我们，爱情拥有跨越年龄界限的强大力量，即便历经岁月的沧桑洗礼，依然能够绽放出美好的光芒。



镜头下有“硬核”坦诚与温暖

不同于年轻人交友综艺里那种小心翼翼、遮遮掩掩的试探，“中老年恋综”宛如一面清晰明亮的镜子，毫无保留地映照出嘉宾们最真实的生活状态和情感经历。正是这种“硬核”到极致的真实，使得“中老年恋综”频频出圈。

在《相亲相爱（老年版）》现场，嘉宾们毫不避讳地抛出问题：“您现在有多少存款？”“您一年的收入是多少？”如此直截了当的提问，让习惯了“委婉表达”的年轻人瞠目结舌，却也感受到

一种扑面而来的真实感。

还有一位男嘉宾一上台便亮出了自己的择偶标准：“温柔善良身体好，干净利索有双保。”这股务实的择偶条件一经提出，瞬间在网友中引发了激烈的讨论。有人觉得太过现实，缺乏浪漫情怀；但也有人认为，这恰恰是中老年相亲最真实、最贴切的写照，毕竟经历了岁月的洗礼，他们更加清楚自己真正需要的是什么。

当然，除了“硬核”交流，“中老年恋综”也充满了温情与感动。《老铁情缘》里，一位男嘉宾自

爆自己去年生了一场大病，当时在医院病床上，竟没有一个能为他签字的人。

这段经历让他意识到，后半生需要一个可以相伴相依的伴侣。登上相亲节目的舞台，他认真地说：“希望我们能够不离不弃，如果我病危需要签字时，希望那个人就是你！”

这些真挚的告白，饱含着对后半生的期盼，也让观众深深感受到了中老年人内心深处那份不为人知的孤独以及对爱的强烈渴望。

“XIN”婚育⑫ ▲ 这场春日“婚礼集市”上，“摊主”们很忙

今日女报/凤凰网记者 赵晗菁
供图/受访者

“迟迟暮春日，天气柔且嘉。”农历三月三，也是“上巳节”，是中国多个民族的传统节日。正如王羲之在《兰亭序》中所描绘的，三月适宜举办“雅事”，“90后”川妹子孙莉就在农历三月“上巳节”这天，于成都精心筹备了一场别开生面的“婚礼雅集”。更有意思的是，孙莉特意聘请了5名好友担任婚礼NPC，让他们化身“集市摊主”，带领各位嘉宾沉浸式感受这场春日“喜聚”。

NPC加入，让婚礼“动”起来

“三月上巳，燕子枝头，杨柳飘飞，共赴雅集之宴席……”当嘉宾们手持婚礼邀请函，踏入成都一处户外婚礼现场，首先映入眼帘的，是迎宾门前悬挂着的卷轴，上面醒目地写着“雅集”二字。一旁，5个摊铺依次排开，身着汉服的“摊主”们笑容满面，热情地招呼着来宾。



“欢迎大家来我们的‘婚礼雅集’，在摊铺体验游戏后还能获得小礼品！”新娘孙莉兴致勃勃地向今日女报/凤凰网记者介绍起各个摊铺的体验游戏，“投壶是中国古代宴饮时的一种投掷游戏，每位宾客有5次投

掷机会；旁边的套圈游戏最受小朋友欢迎，参与感强，难度也不大；还有射箭、捶丸等小游戏……要是玩累了，就去‘吃茶铺’品尝传统糕点，品一品红茶。”

“我们的任务，就是让这些摊铺‘动’起来，增加大家的参与感。”其中一位“摊主”解释道。要是仅仅在婚礼现场摆放些游戏道具，来宾们可能会因为拘束等原由而错过游戏体验。有了“摊主”后，每个摊铺都有专人负责为来宾讲解游戏规则，分发道具和礼品。“就拿套圈游戏来说，作为‘摊主’，我会给大家发放3个竹制套圈，来宾套中后，我会把礼品递过去，然后及时整理、补充摊铺物品。”

创意+文化，让婚礼“活”起来

“摊主”们的加入，让整个“婚礼雅集”现场秩序井然，热闹非凡。孙莉与今日女报/凤凰网记者分享道，夫妻俩都钟情传统文化，一直希望策划一场没有迎亲环节的新式国风婚礼。

“在传统文化里，‘上巳节’适合春游踏青，所以我们就想到了春日集市这个主题。而婚礼NPC的创意设计，则是为了增强来宾们的婚礼体验感。”孙莉笑着说，5名身着不同形制汉服的“摊主”参与其中，与这场国风婚礼完美契合，她们在给大家带来沉浸式体验的同时，自己也收获了满满的快乐。

“这种古风集市的婚礼形式让我觉得格外轻松，打破了我对婚礼的传统印象。”一名“摊主”感慨道。宾客们也纷纷点赞：“这场婚礼让我很有参与感，真是意

犹未尽。”

除了独具创意的NPC设计，夫妻二人也通过婚礼向来宾展示了汉服的多样性。“我和丈夫迎宾时身着红绿配色的明制汉服，敬酒服则选用宋制汉服，‘摊主’们身穿各自喜欢的唐、宋、明各朝代形制的汉服。汉服与‘婚礼雅集’这一主题非常适配，也让‘摊主’们更有代入感，为现场嘉宾营造出沉浸式体验。”孙莉笑着说。

这场借助传统文化与创意设计打造的新式婚礼，不仅见证了新人的爱情，更是对传统文化的传承与弘扬。孙莉说：“无论是‘婚礼雅集’，还是婚礼NPC设计，本质上都是希望嘉宾在现代婚礼中感受传统文化的魅力，激发大家对传统文化的热爱与传承。”