

晋 中 学 院

本科毕业论文（设计）

题 目 《向往的生活》与《你好生活》

的对比研究（三号楷体）

院 系 中文系

专 业 新闻学

姓 名

学 号 1701122224

学习年限 2017 年 9 月至 2021 年 6 月

指导教师 职称 讲师

申请学位 文学学士

2021 年 5 月 27 日

新华社 APP “建党百年” 专题报道研究 二号黑体加粗居中

——以“庆祝中国共产党成立 100 周年”为例 (三号宋体不加粗居中)

学生姓名：XXX□□ 指导教师：XXX (三号宋体不加粗居中)

空一行

摘□要： □当今社会发展速度不断加快，生活、工作的巨大压力以及日渐常态化的社会焦虑激发了人们对慢生活的向往。由此，与社会现状相契合的一类综艺节目——“慢综艺”应运而生。“慢综艺”致力于打破固有节目快节奏叙事的思维，去找寻一种与人们内心相契合的安逸和祥和。本文会将国内知名慢综艺《向往的生活》与《你好生活》进行对比分析，从节目主题、嘉宾、流程、环境等方面进行对比分析，讨论两者异同及各自节目特色，探讨中国当前慢综艺发展的状况以及未来发展的方向。

关键词： 慢综艺□□ 《向往的生活》□□ 《你好生活》

论文格式：

- 1.页面：页边距上下左均为 25mm,右为 20mm 页脚底端距离为 2 厘米
- 2.正文：中文为宋体，英文和阿拉伯数字为 Times New Roman 都是小四号
- 3.缩进：全文每段首行缩进 2 个字，需要居中格式的除外
- 4.行距：全文行距 22 磅。
- 5.格式中一个“□”代表一个字。

空一行

Study on Special Report of Xinhua News Agency APP *Centennial of Party Establishment*

(Times New Roman 二号加粗居中，除虚词外所有单词首字母都大写，专有名词斜体，
不要有书名号，书名号内的文字斜体表示)

——Take *Celebrating the 100th Anniversary of the Founding of the Communist Party of China* as an example (Times New Roman 三号不加粗居中，专有名词斜体，不要有书名号，书名号内的文字斜体表示)

Author's Name: XX □ □ Tutor: (Times New Roman 三号不加粗居中)

空一行

ABSTRACT(小三号、Times New Roman 字体、左对齐)□: With the rapid development of today's society, the great pressure of life and work as well as the increasingly normal social anxiety has stimulated people's yearning for a slow life. As a result, "slow variety show", which corresponds to the social status quo, emerges at the right moment. "Slow Variety" is committed to breaking the thinking of fast rhythm narration of traditional programs, to find a kind of comfort and peace that fits with people's hearts. However, the defects exposed in the development process of slow variety art should not be ignored. In this paper, a comparative analysis will be made between the well-known domestic slow variety show *Back To Field* and *Hello Life* from the aspects of program theme, guests, process, environment, etc., to discuss the similarities and differences and their respective characteristics, and to discuss the current development status and future development direction of China's slow variety show.(正文 Times New Roman 四号不加粗，两端对齐)

KEYWORDS(小三号、Times New Roman 字体、左对齐): Slow variety □ □ *Back To Field* □ □ *Hello Life*

英文全文涉及到专有名词的用斜体表示

空一行

目 录 三号黑体加粗居中

一、	生活类慢综艺节目概述	1
(一)	生活类慢综艺节目界定	1
(二)	《向往的生活》节目介绍	1
二、	《向往的生活》与《你好生活》对比分析	1
(一)	节目流程对比分析	1
(二)	节目环境对比分析	2
三、	《向往的生活》与《你好生活》节目特色	3
(一)	《向往的生活》以强社交关系为纽带	3
四、	慢综艺节目的未来发展思考	3
(一)	慢综艺模式要不断创新，找寻新的突破口	3
(二)	要寻找中国独特的文化内核，注入中国元素	3
注 释	4
参 考 文 献	5
附 录	7

目录内列到二级标题即可

空一行

现代社会快节奏的生活中，休闲娱乐渐渐成为人们提高生活品质的一种方式，通过观看综艺节目舒缓心情成为了人们休闲娱乐的重要手段，从传统电视综艺到网络综艺，各种类型的综艺节目数不胜数。从某种意义上来说，与其将慢综艺界定为一种全新的综艺类型，不如将其看做是一种综艺节目全新的创新理念。慢综艺作为慢节奏的综艺节目，深受广大用户的喜爱。自 2017 年慢综艺在国内掀起狂热潮后，从早期的《向往的生活》再到如今的《你好生活》，慢综艺已经屡见不鲜，其受众群体也逐渐趋于固定。

一级标题前空一行

一、□生活类慢综艺节目概述 一级标题：三号黑体加粗，缩进 2 个字

(一) □生活类慢综艺节目界定 二级标题：四号黑体加粗，缩进 2 个字

1. XXX 三级标题：小四宋体加粗，缩进 2 个字

(1) XXX 四级标题：格式同正文

慢综艺一词虽然近几年较为火热，但目前为止，学界还未给出一个清晰的界定。“殷立新和王成龙则将 2017 年来新出现的综艺节目类型，比如《向往的生活》《见字如面》《亲爱的客栈》《朗读者》《中餐厅》等统称为慢综艺^①。”湖南卫视节目制作人夏青认为：“慢综艺并不是一个新的综艺节目类型，而是一种新的节目制作理念”。通常采用纪实摄影的手法，为观众打造一种节奏缓慢、剧情松弛的节目观感。

直接引用的内容用引号

(二) 《向往的生活》节目介绍

《向往的生活》是由湖南卫视、浙江合心传媒联合推出的生活服务纪实节目，目前共播出四季，分别是第一季“农夫篇”、第二季“江南篇”、第三季“湘西篇”以及第四季“彩云篇”。本文以《向往的生活》第四季为主要研究对象，第四季由陈格洲担任总导演，由黄磊、何炅、彭昱畅和张子枫担任固定嘉宾。节目中，四位主人公来到了我国西南边陲西双版纳，与嘉宾一同吃饭、锻炼、读书、生活，以“每一天都要好好过”生活理念展开叙事。

二、《向往的生活》与《你好生活》对比分析

(一) 节目流程对比分析

《向往的生活》第四季中，每期节目时长在 100 分钟左右，节目一般包括 7 个环节，主要有乡村镜头、晨跑聊天、接电话点菜、嘉宾到来、下地干活、做饭、饭后聊天、游戏等环节，每个环节的时长保持在 10—15min。节目以“做饭”为主线展开叙事，主人接电

话、客人点菜，而后主人与节目组商量获取食材的劳动量，主人与客人共同开始准备晚餐，最后每晚晚餐时刻成为叙事的重心与高潮。节目的各个环节充分展现出西双版纳特有的少数民族文化，嘉宾与当地村民聊天过程中，村民们一口地道的方言；下地干活时，嘉宾们割胶、摘香蕉等，展现出当地特有的农作物；做饭过程中，黄磊经常烹饪当地特色菜肴，例如米线等；游戏环节中，参与泼水节、观看露天电影、着傣族服饰等都体现出当地特有的民族文化。相比前三季来说，这一季的嘉宾有了更多的随意性，比如任重一直随心待在蘑菇屋，没有固定的期数限制，这也使得节目模式没有那么固化。



图 1 《向往的生活》节目流程图（图序和图名置于图下）

图或表与前后文空一行，表格内文字五号宋体不加粗，表头标题可设加粗，所有图或表都需要有序号和名称且分别排序，五号宋体不加粗居中，表格本身小于一页不要跨页

（二） 节目环境对比分析

《向往的生活》第四季中，嘉宾去了美丽的西双版纳。《向往的生活》第一季乌托邦基调确立之后，往后三季一直延续着这种风格。

表 1 《向往的生活》与《你好生活》节目环境对比统计表（表序和表名置于表上）

期数	《向往的生活》	《你好生活》
第一、二、三期	西双版纳	山顶音乐会(海坨山谷)
第四期	西双版纳	央视主持人团建(绵羊坡)
第五期	西双版纳	重回课堂(中国传媒大学)
第六期	西双版纳	下乡务农(菜地与农户家)
第七期	西双版纳	品特色美食(伊宁打卡)
第八期	西双版纳	草原野炊(新疆草原)
第九期	西双版纳	草原野炊(新疆草原)
第十期	西双版纳	打球(新疆体育馆)
第十一、十二期	西双版纳	举办音乐会(赛里木湖)

三、《向往的生活》与《你好生活》节目特色 （一级标题不得出

现在页末最后一行，如在最后一行可另起一页，若在页首第一行前面可不必空行）

（一）《向往的生活》以强社交关系为纽带

《向往的生活》在嘉宾选择上，与《你好生活》存在较大差异。它主要以强社交关系为纽带选择嘉宾，每期节目的主题中，有五期是关于友情，有一期是关于师生情，飞行嘉宾也几乎都是固定嘉宾的至亲好友。例如周迅是黄磊和何炅的多年至交；快乐家族之间更是一种超越友情，胜似亲情的感情；许魏洲与彭于晏的一首“兄弟抱一下”，也让观众看到了少年一代的兄弟情。以强社交关系为纽带邀请嘉宾，能够使得节目的氛围更加融洽，不显尴尬，回扣“我们在一起，就是向往的生活”的节目大主题，与好友一同追忆过往，也更能唤起观众的青春记忆。

四、慢综艺节目的未来发展思考

（一）慢综艺模式要不断创新，找寻新的突破口

慢综艺在中国是一种全新的综艺类型，要想具备足够的发展动力，必须为其注入全新的综艺元素，开创新的综艺模式和节目内核，避免内容同质化。例如《向往的生活》需要不断结合自身优势，打造独具特色的内容。在第四季先导片中，节目组对西双版纳风景进行了全景镜头展现，但在每期节目中，却缺乏对当地风景及文化的体现，同时飞行嘉宾也缺乏与当地居民的互动。对于此，节目组应该在内容上注重与乡村生活的融合，不仅仅展现乡村美丽风光，同时也要体现乡村文化，为节目注入文化内涵，使得节目更具特色。

（二）要寻找中国独特的文化内核，注入中国元素

中华文化五千年亘古流长，文化元素多元，慢综艺制作需要深入挖掘中华文化中的可视点，让中国的综艺具有中国特色，摆脱抄袭嫌疑。吕岩梅阐述了综艺节目要以传统文化为依托，彰显人文情怀，致力于内容创新，促进综艺节目多元化发展^④。慢综艺不断被人诟病抄袭皆是因为其与韩国综艺从节目理念到情节设置都如出一辙，制作过程也未有效输入中国元素。近年来，《经典咏流传》《我在故宫修文物》等具有中国特色的节目受到了观众一致好评，可见中华元素于综艺节目的重要性。慢综艺在发展过程中，也要结合自身定位，将一些优质的中华传统文化融入节目当中，这样不仅可以摆脱抄袭嫌疑，也有助于弘扬中华文化。

当今社会，慢综艺呈现出蓬勃发展的态势，各种各样类型的慢综艺节目如同雨后春笋般不断出现。慢综艺节目的核心是让生活“慢”下来，为人们在喧嚣的城市生活中开辟出

一方“净土”，为观众带来美好的视觉和文化享受。但同时，慢综艺节目在发展过程中也出现了诸多问题，例如内容同质化、创新不足等等，如何提高慢综艺节目的创新力度和文化厚度，实现慢综艺的持续发展，成为了当下最为重要的话题。慢综艺节目创作者要加强自我创新，善于吸收优秀中华传统文化的内核，做好本土化设计，以便更好地发挥对公众和社会的影响力。

空 2 行

注 释

四号黑体加粗顶格

空一行

①殷立新,王成龙.慢综艺“慢”之有道[J].当代电视.2018(07):17. 小四宋体顶格

所有注释必须有页码，要具体到某一页，网页除外，页码大多只有 1 页，个别有 2 页的情况，不能 2 页以上。**格式参照参考文献**

参考文献

另起一页四号黑体加粗顶格

著作

[序号]作者.书名[M].出版地:出版单位,出版年份.

[1]谢耕耘等.真人秀节目理论、形态和创新[M].上海:复旦大学出版社,2007.

译著

[序号][国家]作者,译者.书名[M].出版地:出版单位,出版年份.

[2][美]乔恩·埃爾斯特著,郭忠華等译.心灵的炼金术:理性与情感[M].北京:中国人民大学出版社,2009.

期刊

[序号]作者.文章题目[J].期刊名,出版年份,期数:起止页码.

[3]安晓燕.对国内“慢综艺”节目的思考[J].中国电视,2018(08):15-18.

学位论文

[序号]作者.论文题目[D].学校地:学校名称+硕(博)士论文,毕业年份.

[4]李璐霖.网络选秀综艺《说唱新世代》传播效果研究[D].大连:大连理工大学硕士学位论文,2021.

[5]马千越.《人民日报》“煤改气”话语中政府形象建构研究[D].北京:北京交通大学博士学位论文,2020.

电子文献(网络来源)

[序号]作者.文献(文章)名[EB/OL].网址,日期

[6]王明亮.关于中国学术期刊标准化数据库系统工程的进展
[EB/OL].<http://www.cajcd.edu.cn/pub/wml.txt/980810-2.html>,1998-08-16.

报告

[序号]作者.名称[R].出版地:出版单位,出版年份.

[7]冯西桥.核反应堆压力管道与压力容器的LBB分析[R].北京:清华大学核能技术设计研究院,1997.

论文集

[序号]作者.论文题目[A].编者.学术会议文集名称[C].出版地:出版单位,出版年份.

[8]瞿秋白.现代文明的问题与社会主义[A].罗荣渠.从西化到现代化[C].北京:北京大学出版社,1990.

报纸

[序号]作者.文章名[N].报纸名称,日期,版次.

[9]谢希德.创造学习的新思路[N].人民日报,1998-12-25(10).

专利

[序号]专利所有者.专利题名[P].专利国别:专利号,出版日期.

[10]姜锡洲.一种温热外敷药制备方案[P].中国专利:881056073,1989-07-26.

备注:所有注释和参考文献中的汉字都用宋体,其他如英文字母、数字、标点符号等均用 Times New Roman 字体。参考文献期刊需要页码,其他不需要。

附 录

真维斯微电影广告效果问卷调查

女士/先生:

您好，为了了解真维斯公司定制微电影《乐潮》《我在记忆中等你》《爱情没有温差》的社会效果，现拟此调查问卷，本问卷采取匿名方式，问卷的统计结果将为我的调查课题提供重要的反馈信息，其中涉及个人信息的部分我将依法保密，希望您能认真、如实地填写，感谢您的支持和合作！

请勾选您认为合适的选项，多选题均最多不超过 3 项。

1. 您的年龄 [单选题]

- A. 15-18
- B. 19-22
- C. 22-25
- D. 25 以上

2. 您的性别 [单选题]

- A. 男
- B. 女

3. 通过什么渠道了解 [多选题]

- A. 网络社交媒体
- B. 朋友推荐
- C. 杂志等纸媒广告
- D. 手机移动媒体