

当“倾听”成为商品，价值几许边界何在

2026年09月15日 08:17 来源：法治日报



深夜十一点半，21 岁的“秒回师”陈欣（化名）接到一个订单。

电话那头是一名年轻女性。接通后，听筒里只传来阵阵杂音，无论陈欣如何搭话，对方始终没有回应。约一个多小时后，通话结束，对方给她发来一条消息：“谢谢你陪着我。”

这发生在 2026 年 1 月的一幕，是陈欣的工作日常。陈欣告诉记者，“秒回师”并不是一个正式的职业概念。顾名思义，这份工作要求在客户下单后，及时回应对方的情绪倾诉。

陈欣的经历，是情绪陪伴类新业态快速兴起的一个缩影。记者调查发现，近年来，以“秒回师”“倾听师”“树洞”等为名的情绪陪伴服务涌现。这一新业态游走于日常社交、商业陪聊与专业心理咨询之间的模糊地带：从业者无需统一资质即可接单，可能面临情绪耗竭、职业边界不明等风险。而对于消费者来说，在情绪脆弱时购买的服务究竟属于“聊天”还是“咨询”，界限也并不清晰。当“倾听”成为商品，其价值几许、边界何在，这既是从业者要面对的问题，也对如何监管提出了考验。

“聊生活，聊八卦，聊情感，聊工作”“只要一杯奶茶钱，还你快乐心情一整天”……记者在多个平台以“倾听师”“秒回师”为关键词搜索，不少类似的服务信息跳了出来。这类服务描述直白，大多按小时收费，重点承诺“约定时间内持续在线秒回”。

“80 后”明月（化名）曾从事过教育行业，如今兼职做“倾听师”。“我的客户以中年人为主，他们付费倾诉的多是夫妻关系、亲子关系、职场困惑。其实很多人并没有心理问题，只是压抑、空虚、有苦没处说。”在明月看来，自己处理的并非病理性心理障碍，而是现代人普遍面临的情绪困境。

需求真实存在，但这份工作并非人人都能胜任。

辽宁的沈女士曾短暂参与某平台的“倾听师”项目。一开始，她觉得自己平时擅长听朋友倾诉，身边人也都说她共情能力强，做好这份工作应该不难。

可等真正对接客户，她很快发现理想和现实差距很大。“跟朋友聊天还好，但面对陌生人我就会手足无措。短短几句话，我要琢磨很久，回复后还会纠结自己说的话有没有用，精神上特别内耗。”尝试几次之后，沈女士便放弃了这份兼职。

“从心理学专业角度看，‘秒回师’‘倾听师’提供的核心服务是情绪共情和陪伴性回应，这与心理咨询有本质区别。”首都医科大学医学心理学系副教授张辉向记者解释，心理咨询建立在系统的评估框架、干预技术和伦理守则之上，目的是促进来访者的认知、情感和行为改变；情绪陪伴服务则更接近日常社会支持，不涉及诊断、评估或治疗意图。

张辉同时指出，正因为这类服务在形式上使用了“倾听”“共情”等词汇，容易让消费者产生“专业感”的误解。“从业者宣称‘我不是心理咨询’，实质上是在模糊专业边界，既想借用心理学的专业信任吸引用户，又不愿承担相应的专业责任。”张辉认为，如果不提供专业干预，就不应使用心理学专业术语；如果使用了，就应当接受专业伦理约束。

单 词:	zá yīn 杂 音	huí yīng 回 应	qīng sù 倾 诉	péi bàn 陪 伴
	suō yǐng 缩 影	yǒng xiàn 涌 现	kǎo yàn 考 验	chéng nuò 承 诺
	kùn huò 困 惑	kōng xū 空 虚	yā yì 压 抑	shēng rèn 胜 任

讨论：1. 文中提到的倾听师、秒回师提供的情绪陪伴服务，和专业心理咨询有什么不同？读完文章后，你觉得花钱购买这种情绪陪伴，有哪些好处，又存在哪些风险？

2. 有人说“倾听、陪伴是人与人之间自然的情感，不应该变成可以花钱购买的商品”。你同意这个看法吗？说说你的理由。

源新闻：<https://www.chinanews.com.cn/sh/2026/09-15/10696511.shtml>

音声 URL：<http://ttcn.co.jp/sound/text/files202609151789441702.mp3>