



上午,长沙五一商圈的人流里,地陪Lola正帮游客举着手机打卡;下午,老旧小区的居民楼里,陪伴师陈慧陪着独居老人择菜聊天;周末凌晨两点,陪聊师佳音的手机屏幕依旧亮着微光,对话框弹出了新消息……从线上到线下,从年轻人到老年人,各式各样的陪伴服务遍地开花,“为情绪买单”不再是一句网络热词,而是成了实实在在的消费选择。不少从业者坦言,这份工作不仅是谋生,更有着独特的意义。

■ 三湘都市报全媒体记者 龙思言 通讯员 刘蕊

从线上陪聊、旅行地陪,到独居老人的“临时家人” 为情绪买单,陪伴成为生活刚需

02 陪伴 经济

【线上陪聊】 情绪树洞,接住陌生人的难

25岁的湖南姑娘佳音做陪聊已经一年多,从最初在淘宝店铺兼职接单,现在主要在社交平台发帖干活,陪聊,早已成了她的主业。在她看来,陪聊师更像一个安全的情感树洞。不用认识彼此,不用顾虑社交边界,只需要稳稳接住对方的情绪,给出温柔的回应。

佳音的接单记录里,藏着许多深夜的心事。

印象最深的一单发生在凌晨两点,电话那头的女生带着哭腔,断断续续讲着自己失恋的故事,从初识的甜蜜到分手的不甘,事无巨细地倾诉了三个小时。佳音没有打断,只是安静地听着,适时递上安慰,慢慢引导对方疏解情绪。挂电话前,女生轻声说:“谢谢你,憋在心里太久了,说出来终于好受点了。”

还有一个性格内向的男生,现实生活中几乎不敢和女生说话,下单后紧张得语无伦次。佳音顺着他的兴趣慢慢聊,从游戏到日常,结束时男生特别开心:“原来和女生聊天也没那么难。”

根据需求的不同,陪聊服务渐渐形成高度细分的品类,从基础的情感树洞、聊天搭子,到专门的“出气筒”“叫醒服务”“考研陪学”等,覆盖了不同场景的情绪需求。收费也按服务形式分级,文字聊天每小时20—50元,语音连麦每小时50—100元,平均客单价约每小时68.2元。

除了佳音这样的个人从业者自由接单,比心、TT语音等垂直平台也布局较早,形成了相对成熟的供需对接体系。

“生活里的负面情绪总不好一直倒给朋友,付费陪聊反而更自在。”从事互联网工作的小吴是陪聊服务的常客,在他看来,这种服务最大的好处是“边界感清晰”,不用维系人情,想说什么就说什么,结束了就回归各自的生活。



AI制图

【线下地陪】 出行的“临时搭子”,玩出本地松弛感

24岁的益阳姑娘Lola是一名兼职地陪,节假日,她像一个“长沙通”,陪着来自全国各地的游客穿梭在长沙的大街小巷,逛吃打卡。她接过300元一天的全天单,也有过500元三小时的快速打卡单。在她看来,地陪最大的魅力不是带路,而是分享——把自己熟悉的城市生活分享给陌生人,也从游客的故事里看见不同的人生。

来自张家界的一名二次元男生让Lola印象深刻。他独自带着棉花娃娃来长沙打卡,却不好意思给娃娃拍照。Lola注意到他的“社恐”便直接拿起手机,大大方方地帮他在各个打卡点给娃娃拍特写,还帮他选角度、调光线。那天行程结束时,男生特别开心:“谢谢你帮我圆了心愿,换我自己肯定不好意思拍。”

“找地陪的客人,大多是一个人来旅行的。他们的行程通常很随性,从五一广场逛到南门口,累了就找家咖啡店坐一坐——比起向导,更像一个久违见面的朋友。”Lola说。

Lola这样的地陪有多受欢迎?在小红书平台搜索“地陪”相关话题,总浏览量超6100万,用户以20到35岁年轻人为主,占比达七成,其中大多用户将“情绪陪伴”列为核心需求,其次才是本地攻略和专业拍照。

记者了解到,目前地陪从业者多以兼职为主,大学生、本地上班族等占了多数,服务价格普遍在50—100元/小时。

【老人陪伴师】 独居老人的“临时家人”

长沙42岁的陈慧(化名)是一名兼职老人陪伴师,服务着三位独居老人,72岁的张奶奶是她对接最长的一位。

张奶奶子女都在深圳,一年到头回不了几次家。陈慧每周上门两次,每次两个小时,陪她去菜市场买菜,一起择菜聊天,教她用视频号看花鼓戏、和孙子视频通话,偶尔陪她去医院拿药。

“刚开始奶奶挺拘谨,熟了之后每次我来,她都提前把水果洗好等着。”陈慧说,老人其实不需要做什么特别的事,就是有人说话就行。张奶奶总爱讲以前上班的事,讲子女小时候的趣事,陈慧就坐在旁边认真听,偶尔搭两句话,老人就能开心一整天。

目前,长沙的老人陪伴服务大多按次收费,一次2小时,收费260元左右,包含50元的上门礼物预算。服务内容从日常聊天、简单家务、手机调试到修水龙头和换灯管,覆盖多方面需求。

思考 陪伴经济 如何走得更远

从线上陪聊到旅行地陪,从年轻人的情绪出口到老年人的精神慰藉,陪伴经济的兴起是当代人情感需求的真实映照,但也暴露出一系列亟待解决的问题。

门槛低:陪聊、地陪、老人陪伴师几乎零门槛入行,从业者背景五花八门,服务质量全凭个人良心。

标准缺:服务内容没有统一规范,收费全凭各自定价。文字聊天20—50元/小时、语音50—100元/小时、地陪50—100元/小时、老人陪伴260元/两小时。价格差异悬殊,消费者无从判断“值不值”。

有隐患:陪聊师听到的是最私密的心事,陪伴师走进的是最私密的家庭空间,一旦信息泄露,后果不堪设想。

维权难:服务过程难以留痕,一旦产生纠纷,消费者举证困难,维权成本高。

从业者佳音坦言:“这份工作确实有意义,但行业要长远发展,光靠从业者自觉是不够的。”业内人士指出,陪伴经济的本质是回应人的情感需求,如何在保持服务温度的同时建立规则,让“情绪价值”在规范中持续释放,是行业必须回答的问题。

