

悬置的陪伴：通勤场景下有声阅读实践的情感机制

冉拉阿雪

北京印刷学院新闻传播学院，北京

收稿日期：2026年6月28日；录用日期：2026年7月29日；发布日期：2026年8月6日

摘要

通勤场景作为都市生活的常态化构成，在空间、时间与社会交往三个维度上持续制造着情感压力，并催生出边界重构、意义填充与替代陪伴三重复合需求。本研究考察有声阅读如何回应上述需求，以及这一补偿过程被平台工业化适配后的辩证效应。研究发现，有声阅读通过听觉独占、并行接收与人声亲近三重媒介特质，与通勤场景的结构性困境形成功能耦合，为通勤者提供了真实可感的情感支撑。与此同时，平台通过场景化适配、智能化转译与关系化运营将情感补偿纳入标准化的工业交付流程，使其从偶然的个体体验转变为可规模化的常态服务。然而，补偿的工业化也内含着感知窄化、需求定义权转移、时间焦虑向内容焦虑转换等结构性代价。声音穿透了通勤的拥挤、碎片与孤独，但抵达的是个体心理层面的缓解，而非结构性困境的解决。有声阅读是通勤者暂时栖身的缓冲地带，而非问题的终点。

关键词

有声阅读，通勤场景，情感补偿

Suspended Companionship: The Emotional Mechanism of Audiobook Reading Practice in Commuting Scenarios

Axue Ranla

School of Journalism and Communication, Beijing Institute of Graphic Communication, Beijing

Received: June 28, 2026; accepted: July 29, 2026; published: August 6, 2026

Abstract

As a normalized component of urban life, commuting continuously generates emotional pressure

文章引用：冉拉阿雪. 悬置的陪伴：通勤场景下有声阅读实践的情感机制[J]. 新闻传播科学, 2026, 14(8): 57-65.
DOI: 10.12677/jc.2026.148201

across three dimensions: space, time, and social interaction, thereby giving rise to the compound needs of boundary reconstruction, meaning filling, and surrogate companionship. This study examines how audiobook reading responds to these needs and the dialectical effects of such compensation when adapted by platform industrialization. The findings reveal that audiobook reading, through three media characteristics—exclusive auditory possession, parallel reception, and vocal intimacy—functionally couples with the structural dilemmas of commuting scenarios, providing tangible emotional support for commuters. Meanwhile, platforms integrate emotional compensation into standardized industrial delivery processes via scenario-based adaptation, intelligent translation, and relational operation, transforming it from accidental individual experiences into scalable regular services. Nevertheless, the industrialization of compensation entails structural costs, including narrowed perception, the transfer of demand-defining power, and the shift from time anxiety to content anxiety. Sound penetrates the crowding, fragmentation, and loneliness of commuting, yet it only alleviates issues at the individual psychological level rather than resolving structural dilemmas. Audiobook reading serves as a temporary buffer zone for commuters, not the final solution to the problem.

Keywords

Audiobook Reading, Commuting Scenarios, Emotional Compensation

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



1. 通勤场景：高频移动中伴随的情感压力

1.1. 场景的要素和分类

“场景”一词最早源于戏剧与影视领域，指特定时空内发生的事件及其环境。随着移动互联网与智能终端的普及，这一概念被引入传播学研究，用以描述用户在不同时空情境下的媒介使用行为与体验[1]。张莉(2020)将其构成要素归纳为物理空间、时间与社会性三类，三者共同界定用户的感知范围与行为可能[2]。依据上述要素的不同配置，可区分若干典型场景类型。比如居家休闲场景以固定空间、低噪音、长时段、低社交密度为特征，而工作间隙的场景以半固定空间、中等噪音、短时段、低社交密度为特征。而通勤场景则以高度移动的空间、持续变化的噪音、固定且碎片化的时间、高密度陌生他者共处为特点。据中国人民大学新闻学院新媒体研究所与腾讯“企鹅智酷”2014年联合开展的移动媒体场景使用研究，有24.53%的用户在等待或乘坐公共交通工具时使用移动媒体[3]，可见通勤场景在用户媒介消费中占据的显著份额。

为系统把握场景的内在特征，需将其置于统一的分类框架中加以考察。本文借鉴既有研究成果，从空间与环境、目的与行为、使用频率、场景功能四个维度对场景类型进行系统归类，如下表1所示：

Table 1. Classification and summary table of scenarios
表 1. 场景分类归纳表

分类维度	具体类别	定义	通勤场景划分
空间与环境	固定场景	用户相对静止	不适用
	移动场景	用户处于位移或户外活动中。	典型移动场景

续表

目的与行为	单一场景	有声阅读是唯一目的，注意力集中	不适用
	伴随性场景	有声阅读伴随其他行为发生	典型伴随性场景
使用频率	高频场景	每日或经常发生的生活场景	典型高频场景
	低频场景	偶尔发生的特定场景	不适用
场景功能	实用性功能	满足获取资讯、学习知识等实际需求	适用
	社会性功能	满足情感、社交、自我实现等需求	适用且为主导

基于上述四维分类框架，通勤场景可被定位为移动场景、伴随性场景与高频场景的交集，并以社会性功能为主导取向。这一定位表明，通勤场景兼具流动性、伴随性与高频次的特征，这些特征共同塑造了用户在通勤途中媒介使用的独特形态——即短暂而嵌入日常节奏的接触方式，以及与之相应的高强度情感补偿与社交连接需求。

1.2. 通勤场景的情感压力和需求

通勤场景在现代都市生活中具有高度结构化的特征、与居家和办公空间不同、通勤既不是纯粹的私人领地，也不是完全的制度化场所，而是介于两者之间，个体身处其中的时候过渡了很多的权利，导致对于通勤场景之下的“人”造成了不同程度的情感压力。同时在这种压力之下又对应着用户生出了不同的补偿需求。

1.2.1. 空间自主性的争夺与边界重构需求

通勤空间本质上是一种被规训的流动空间。无论是地铁、公交还是私家车内的通勤，个体的空间选择权都受到严格限制：路线被预先设定，速度由外部交通状况决定，车厢内的物理密度远超日常社交的可承受范围。列斐伏尔在《空间的生产》中指出，空间不仅是社会关系的产物，同时也是权力运作的场域[4]。在拥挤的通勤环境中，个体既无法选择所处的位置，也难以控制与他人的物理距离，身体虽在移动，行动的自由度却极度压缩，个体的“空间自主性”被侵占[5]。这种“被迫共处”的空间状态，使通勤者逐渐让渡对自身空间的支配权，被动承受着密集的身体邻近所带来的持续紧张感。由此，通勤者对重建心理边界产生了强烈的渴望。这种空间归属的虚无感，使通勤者迫切需要在密集的公共空间中划出一块可感知的、属于自己的领地，在意识层面实现从“被动的共处”到“主动的独处”的转换，使被剥夺的空间体验获得某种代偿性的恢复。

1.2.2. 时间控制权的丧失与意义填充需求

通勤时间是高度碎片化且难以自主支配的。个体无法自主决定注意力的起止与持续时间，认知活动频繁中断，难以形成有效的意义积累。这段时间“崩塌成诸多无方向性的忙乱飞奔的点”——它真实存在，却因结构的破碎而难以被有效利用[6]。这种时间体验与个体追求连贯自我叙事的内在需求相冲突：通勤占据大量的时间份额，却几乎不提供任何实质性的产出或回报，由此催生出普遍的“时间荒”感受。这种时间的“空洞感”继而催生了填充的欲望，这段可操作的“媒介化时间”(mediating time) [7]，急需被填充以满足通勤者对于时间操控的心理需求，以此部分抵消时间失控带来的焦虑。

1.2.3. 社会联结的受阻与陪伴替代需求

大量陌生他者的共存理应提供社交可能，但在通勤环境下，隐性的“不交往准则”阻断了这一可能[8]。个体在物理层面被他人环绕，心理层面却处于孤立状态。媒介的“可断连”属性指向用户在公共空间中重建私人边界的能力诉求，“不交往准则”与其说是主动选择，不如说是密集空间中自我保护的一

种防御机制。由此，通勤者对替代性陪伴产生了明确的情感需求——一种既能缓解孤独感、又无需面对真实社交中不确定性风险的“低耗能”陪伴，无需真实的互动与回应，却能够在心理层面提供类似社交的情感支持，使个体在高密度却疏离的公共空间中仍能感受到某种情感上的依托。

通勤场景通过剥夺空间自主性、消解时间控制权、阻碍社会联结三重机制，在日常生活的缝隙中持续制造着情感张力。个体在这一过程中并未完全陷于被动，他们在有限的结构约束下主动寻求空间重构、时间利用、替代陪伴三种情感代偿，在此背景下，有声阅读成为这种情感补偿的重要途径。

需说明的是，在文中所使用的“情感补偿”并非临床心理学概念，亦非 Innis 意义上“一种媒介补偿另一种媒介偏向”的媒介间补偿(Carey, 1989) [9]，而是限定于“通勤 - 有声阅读”这一具体实践中的需求 - 回应机制：指通勤场景的结构性困境催生出的复合需求，有声阅读作为媒介实践对这一需求做出功能性回应。这一用法的学理源头可追溯至 Herzog (1941)对广播肥皂剧听众“补偿性使用”(compensatory use)的考察——即媒介被用来回应现实生活中未被满足的情感与社交需求[10]，后经 Katz、Blumler 与 Gurevitch (1974)纳入使用与满足传统的分支概念。本研究沿用“需求 - 回应”逻辑[11]，但将场景从 Herzog 式的家庭/女性广播听众移至城市通勤，将媒介从广播移至有声阅读，并补充“平台工业化适配”这一 Herzog 时代不存在的维度(Illouz, 2007) [12]：通勤者的情感补偿需求不仅被用户侧主动寻求，同时被平台侧识别、编码与商品化。由此，“情感补偿”在本研究中既是描述性概念，指通勤者获得的体验，也是分析性概念，指这一体验被平台工业化中介的过程。

2. 有声阅读的补偿机制

声音研究最早可以追溯到麦克卢汉的“媒介延伸”理论，麦克卢汉在《理解媒介：论人的延伸》一书中具有预见性地指出媒介技术正在悄无声息地影响着大众，而身处其中的大众并未察觉[13]。声音随着移动媒介的兴起，重塑了传媒的形态，加拿大作曲家谢弗在 20 世纪 70 年代提出声音景观这一概念，认为这是一个“可研究的声音领域” [14]。

有声阅读也顺势兴起，有声阅读起源于 20 世纪 30 年代，最初是为英美盲人读者制作的“说话书”(talking book)，以录音唱片为媒介将文字转化为声音，开启了一种全新的阅读方式[15]。此后，随着磁带、光盘、数字文件以及移动互联网平台的相继更替，有声阅读的载体不断迭代，其用户群体也逐渐从视障人士拓展至大众读者。目前学界对“有声阅读”尚无统一定论，但其核心内涵趋于一致：指存储在特定载体中、通过播放设备呈现的音响作品形式，具体包括有声小说、广播剧、各类录播节目等。近年来，随着智能手机与移动互联网的全面普及，有声阅读进入快速增长期。据中国音像与数字出版协会《2025 年中国有声阅读发展报告》统计，2025 年我国有声阅读市场营收规模达 134.35 亿元，同比增长 8.61% [16]。有声阅读已从早期的辅助性阅读工具发展为数字阅读领域的主流媒介形态之一。

有声阅读之所以能够迅速融入大众日常生活，与其区别于传统视觉阅读的媒介特性密切相关。两种阅读方式在身体状态、感知模式和思维倾向上呈现出显著差异，具体如下表 2 所示：

Table 2. Comparison table of visual reading and audiobook reading
表 2. 视觉阅读与有声阅读对比表

比较维度	视觉阅读	有声阅读
身体状态	压抑身体	解放身体
感知模式	对象性聚焦	包容性沉浸
思维倾向	理性、分析、逻辑	感性、整体、通感

有声阅读对比传统视觉阅读而言，用户无需端坐凝视、也不需要手持设备，可以在行走、站立甚至

运动的同时完成阅读；以声音为信息载体，通过声音的包围将读者沉浸于整体的听觉场域之中，耳朵与眼睛不同，它“是通感”的，感知由对象性聚焦转向包容性沉浸[17]；思维也由于声音中的语调、节奏、情绪起伏等副语言信息不断传递超出字面意义的情感维度，更多地呈现出流动性与联想性。

这些特点使有声阅读与通勤场景之间形成了深层的结构耦合，通勤场景中用户的身体处于持续运动状态，注意力被迫分散，认知资源有限——这些条件恰恰与有声阅读的“解放身体”“包容性沉浸”“感性通感”相匹配。下文也将三个维度具体分析有声阅读如何依托这些媒介特性，回应通勤场景中的情感补偿需求。

2.1. 听觉独占：感知通道的重置

有声阅读区别于其他媒介的特性在于其对听觉通道的独占性。在通勤场景中，通勤者的视觉与触觉已被环境征用，目光需要留意周围动态，身体需要维持平衡与移动，唯有听觉处于相对闲置的状态。有声阅读恰恰填补了这一感知空白，将闲置通道转化为有意义的信息接收渠道。

这种通道重置产生了双重补偿效果。其一，它实现了对外部噪音的替代性覆盖。当听觉被有意义的语义信息占据时，环境噪音的心理显著性被削弱，通勤者从被动的噪音承受者转变为主动的声音选择者，让人们在保持必要的与外界连接的维度时，还可以控制自己的“闭合度”[18]，构成了一道感知屏障，帮助通勤者在公共空间中重建私人边界。其二，它为碎片化时间赋予了结构化的内容框架。有声阅读的章节划分、叙事节奏、语速调节等特征，将无序的时间片段串联为有序接收序列，缓解了时间断裂带来的意义感流失。让人们在保持必要的与外界连接的维度时，还可以控制自己的“闭合度”[19]，在这种情况下，这种“可断连”是通勤者掌握掌控感和安全感的关键心理机制。

2.2. 并行接收：注意力的弹性分配

通勤中时间的不连续性是情感压力的重要来源。移动终端与智能设备的精确计时机制将通勤者的身心节奏强制纳入高度碎片化的时间结构之中，使现代通勤者陷入“加速”与“停滞”并存的时间困境，个体对时间的支配能力被逐步剥夺[20]。有声阅读的补偿功能在于，它以特有的媒介形式适配了这种碎片化时间结构，使之重新获得心理效用。

与视觉阅读需要视觉专注不同，有声阅读的听觉信息接收可以与行走、站立、换乘等通勤行为同时进行，无需占用双手或固定视线。克拉里(2017)指出，现代人的注意力并非恒定集中的状态，而是在不同情境中被不断“悬置”与重组[21]。通勤恰好构成了这样一种注意力悬置的典型情境：个体既无法完全专注于外部环境，也难以投入需要持续认知投入的任务。这种“悬置”并非注意力的失效，而是一种对日常高度聚焦状态的暂时豁免，通勤者被允许在移动中保持一种松弛的、非定向的感知状态。有声阅读恰好嵌入这一悬置区间：它不需要用户从悬置状态中抽离出来重新聚焦，而是直接在松弛的感知通道中运行，使原本被通勤行为“占用”的时间得以被“回收”为可用时间，时间利用率由此获得提升。

注意力的弹性分配是这种并行性的前提。用户可以根据通勤行为的强度自动调节对有声阅读内容的关注程度，在平稳路段提高专注度，在换乘或拥挤时降低关注度。这种弹性使得有声阅读能够适应通勤场景中注意力频繁波动的实际情况，而非要求用户维持稳定的认知投入，从而在有限的时间窗口中最大程度地实现意义的积累。

2.3. 拟声在场：陪伴感的低能耗供给

有声阅读区别于视觉阅读的另一个关键特性在于人声的伴随，一个有温度、有节奏、有情感起伏的人声，本身就携带着某种亲近感与在场感，能够在心理层面缓解独处的孤独。通勤者与有声阅读软件的讲述者之间形成的单向情感联结，无需维护、不会拒绝、随时可得，完美适配了通勤场景的高频次、短

时段、伴随性特征。这种陪伴感的供给成本极低，用户只需戴上耳机、播放内容，即可获得一种持续在场的心理支撑。

与此同时，有声阅读还具有一定的行为隐匿性。它不仅将阅读文本隐藏起来，还将阅读行为本身隐匿起来，使周围的人察觉不到阅读实践的发生[22]。这种双重隐匿使通勤者能够在公共空间中保持适度的社交距离，既避免了与他人不必要的目光接触或社交互动，又无需暴露自身的媒介选择与偏好，从而在密集但疏离的公共空间中实现一种“私密的公开存在”——既身处人群之中，又保有心理上的独立空间。

有声阅读分别从感知通道的重置、注意力的弹性分配、陪伴感的低能耗供给三个维度，回应了通勤场景中空间、时间与关系层面的情感补偿需求。这三重机制并非彼此孤立，而是共同作用于通勤者的日常体验之中——听觉独占构筑了心理边界，并行接收回收了碎片时间，拟声在场填补了社交空缺，三者相互支撑、叠加共振，使有声阅读成为通勤场景中回应情感补偿需求的有效媒介路径。

3. 平台的补偿机制工业化适配

有声阅读的情感补偿体验对应着通勤场景的具体痛点，但需要追问的是：这种补偿何以能够以如此高的稳定性、可复制性嵌入通勤者的日常？答案不在用户端，而在平台端。有声阅读平台通过技术架构与运营策略，将通勤场景中生成的情感补偿需求系统地识别、编码、放大并转化为可持续的商业闭环。这一过程中补偿不再是用户与内容之间的偶然相遇，而是被平台预先设计、精准投递、持续迭代的标准化产物。

3.1. 场景化适配：从需求到产品的精准对接

通勤场景的三重情感补偿需求，首先被平台通过“场景化”逻辑转化为可操作的产品功能。2024 年有声阅读场景数据表明，通勤时段占比 29.11%、休闲时段占比 25.54%，碎片化与伴随式收听特征显著[23]——通勤已是平台可知、可测、可运营的核心场景。平台通过 LBS 定位、时段识别、停留时长、收听历史等行为数据的交叉分析，得以识别出通勤场景的典型配置：早高峰对应唤醒与资讯获取，晚高峰对应减压与放松，长线路通勤对应深度叙事与长篇内容，短途换乘对应资讯摘要与短音频。在此基础上，平台将模糊的“通勤压力”拆解为可计算的场景标签，并以此为前提组织内容进行预分发。例如，喜马拉雅“夏说英语晨读”精准捕捉清晨起床叠加通勤时段的英语学习场景，通过定义新场景来定位目标人群，实现节目的精准市场定位与内容适配[24]。

场景化适配的工业化特征还体现在：它不仅发生在内容标签层，也发生在推送触发器层。懒人听书可根据用户地理位置与实时天气调整推送策略，晴天推送节奏明快、情绪积极的内容，雨天推送抒情舒缓的慢节奏内容；用户在景区时，系统自动推送与当地相关的有声读物。这种动态调整意味着场景识别已从“时段判断”升级为“多维情境感知”，推送策略从静态标签匹配升级为实时响应机制。与此同时，场景化适配还延伸至终端基础设施层面。喜马拉雅与多家汽车品牌合作，在车载系统中支持语音指令播放与个性化推荐，“通勤听书”被写入车机系统、智能穿戴设备的接口之中[25]。场景化适配的最高形态，是用户不再需要主动选择“通勤模式”——平台已从基础设施层替用户完成了“此时此地该听什么”的判断，情感补偿由此从用户主动寻求的行为，转化为平台主动送达的常态化服务。

3.2. 智能化转译：增强控制感与沉浸感的技术路径

如果说场景化适配解决了“在什么情境下推送什么”的精准性问题，那么智能化转译则回应了通勤场景中更深层的心理需求——如何在被动的时间流逝与空间挤压中，为用户提供一种“可控的沉浸感”。

单纯的有声播放不足以支撑工业化的补偿交付。一方面，通勤者需要控制感来对冲时间失控带来的焦虑；另一方面，通勤者需要沉浸感来穿透空间拥挤带来的压迫。

在控制感层面，倍速播放、进度条拖拽、定时关闭、跳过片头片尾等功能，让“我能掌控节奏”的感知在用户端落地。但更为关键的工业化抓手是“AI 文稿”与“听看一体”功能。喜马拉雅的“智能化转译”使多模态阅读突破了“文本→音频”的单向转换，形成模态间的交互协同[26]。AI 文稿利用语音识别技术将音频内容自动转写为文字，并通过对齐算法实现声字时间戳的同步与高亮——音频从“无法定位、无法检索的线性时间流”被转译为“可回看、可标记、可跳转的文字层”[27]。“听”的不确定性被技术的可操作性部分抵消：通勤者在拥挤的车厢中中断收听，换乘后可通过文字扫读快速找回上下文；在注意力分散时错过关键信息，可借助文稿回看完成意义补全。

在沉浸感层面，AIGC 技术正在重构有声内容的生产方式。以呱呱有声为代表的 AI 生产平台，通过文本主题与章节识别实现场景化声音匹配：悬疑类内容的高潮部分自动加入紧张背景音乐并加快语速，儿童读物匹配柔和声线并设置适当停顿。这一过程将人类复杂的情感表达和语境感知“数字化、模型化”后用算法匹配，使听书体验从“机械朗读”向“拟人化演绎”演进。

智能化转译由此在“可操控的控制感”与“可进入的沉浸感”之间建立了技术桥梁，它让通勤者既能按自己的节奏掌控内容进程，又能在有限的通勤时段内获得足够深度的情感卷入，这正是工业化补偿在用户体验层面的核心张力与平衡点。

3.3. 关系化运营：从情感共鸣到持续消费的链路构建

如果说场景化适配完成了需求的识别与匹配，智能化转译完成了体验的深化与控制感的增强，那么关系化运营则完成了更为关键的一步：将偶发的情感补偿体验转化为可持续的、可重复的、可盈利的用户行为模式。

关系化运营首先体现在社区与互动入口的嵌入。平台通过“听书社区”“语音直播”“评论区”等产品设计，将个体化的收听行为组织为集体性的意义再生产场域，对于通勤者而言，这一机制的意义超越了功能性互动。通勤原本是高密度却高度疏离的“孤岛式”空间，身体被他人环绕，心理却处于隔绝状态。而关系化运营将这一孤立场景接入了一个“想象的听书共同体”：你在地铁上收听某本有声书的同时，知道此刻还有数万人在收听同一内容，并正在评论区分享各自的感受。这种“想象的共时性”在心理层面缓解了通勤场景中的关系真空，使通勤者在物理上独处却不再感到情感上的孤立。体系化运营的另一关键路径，是主播与听众之间准社会关系的制度化构建[28]。平台通过“主播 IP 化”策略提供不同的情感连接，知识获取者追随学者型主播，情感抚慰者依赖温柔陪伴型声音，娱乐消遣者拥抱幽默风趣型讲述者。“你的专属声音”将泛化的陪伴具体化为对某一位主播的持续依赖，用户与主播之间的准社会关系被“关注/订阅/粉丝群”等机制制度化，从偶然的相遇转化为持续的绑定。

至此，平台的工业化补偿机制完成了从需求识别到体验深化再到关系固化的全链条构建。通勤者最初因情感补偿需求而偶然进入有声阅读，最终却在平台的系统性运营中，将听书内化为日常生活不可分割的一部分——平台的商业闭环与用户的情感满足在此交汇，这或许正是有声阅读得以在通勤场景中获得如此广泛而持久的渗透的根本原因。

4. 补偿与适配的辩证关系

有声阅读平台通过场景化适配、智能化转译与关系化运营三重机制，将通勤场景中个体的情感补偿需求纳入标准化的工业交付流程。通勤者因此获得了空间边界的心理重建、碎片时间的意义填充与关系空缺的情感补给。但问题在于：这一补偿过程是否如表面所示那样纯粹？当情感补偿被平台系统性地识别、编码与运营时，通勤者获得的究竟是真实的解放，还是另一种形式的适配，一种被技术架构重新校准后的“可接受的满足”？本章将从补偿的代价与能动性的边界两个维度，审视有声阅读工业化补偿机制的辩证效应。

4.1. 补偿的实现与代价

4.1.1. 感知的代偿与感官的窄化

有声阅读平台对通勤场景情感补偿需求的回应，本质上是一种“功能等价物”的供给，它以媒介化的方式提供了一种近似于空间自主、时间掌控与社交陪伴的体验，但这种近似本身就内含着不可忽视的代价。

通勤者通过听觉独占在密集的公共空间中切割出私人领地，声音的屏障将外部噪音与陌生他者加以过滤，使“被动的共处”转换为“主动的独处”。但这同时也意味着：通勤者主动关闭了对物理环境的感知通道。在多模态阅读视域下，有声阅读的伴随性特征使“视觉被占用”的时空得以被激活为阅读时空，但激活的前提是视觉通道的“让渡”与听觉通道的“独占”。当通勤者沉浸在耳机中的有声世界时，他对周遭环境的警觉性降低，对公共空间中偶发的、非媒介化的社会接触也趋于回避。情感压力的缓解建立在感官经验的窄化之上——通勤者获得了一个可随身携带的“听觉气泡”，但这个气泡同时也使他与物理世界之间隔着一层无法穿透的声音屏障。

4.1.2. 时间意义的悖论

听书将“时间的废墟”转化为可填充的媒介时间，回应了通勤者对时间失控的焦虑。但如果通勤者每一次通勤都必须依靠听书才能将这段时间体验为有意义的，那么这种依赖本身是否恰恰印证了控制权的丧失？通勤时间在结构上仍然是“被占据的”——无法被真正自由支配——只是占据它的内容从“无意义的等待”变成了“有意义的信息接收”。通勤者从忍受空白转变为习惯性地填满空白，时间焦虑被替换为内容焦虑，担忧的不是时间的浪费，而是今天没听完的那一章。补偿缓解了焦虑的表层感受，却未能触动时间结构本身的问题。

4.1.3. 孤独的转移而非消解

“想象的听书共同体”为通勤者提供了一种共在感——知道此刻还有数万人在同听一本书。这种“想象的共时性”确实缓解了关系真空。但这种缓解是以“准社会关系”对“真实社会关系”的替代为代价的。与主播之间的单向情感联结无需维护、不会拒绝、随时可得——恰恰因为太“好用”，它更容易使通勤者安于这种低能耗的陪伴，而非在现实生活中寻求真正的社会联结。媒介化的陪伴越是高效，通勤者直面真实社交困境的动机反而越弱——这不是孤独的消解，而是孤独的转移。

5. 结论

本研究以通勤场景中的有声阅读实践为切口，考察了声音媒介回应通勤者情感补偿需求的机制与边界。

通勤场景在空间、时间与社会交往三个维度上持续制造情感压力，并同步催生出边界重构、意义填充与替代陪伴三重复合需求。有声阅读的媒介特质——听觉独占、并行接收与人声亲近——恰好与上述需求形成功能性耦合，使之成为通勤者应对情感压力的有效路径。

但这一补偿过程并非仅发生于用户与内容之间。平台通过场景化适配、智能化转译与关系化运营三重机制，将情感补偿纳入标准化的工业交付流程，使其从偶然的个体体验转变为可规模化的常态服务。然而，补偿的工业化也内含着代价：感官的窄化、需求定义权的转移、时间焦虑向内容焦虑的转换、孤独向准社会关系的转移——补偿越是高效，通勤者对平台的结构性依赖就越深。

声音确实穿透了通勤的拥挤、碎片与孤独，但这种穿透抵达的是个体心理层面的缓解，而非结构性困境的解决。有声阅读为通勤者提供了真实可感的情感支撑，却也只是暂时栖身的缓冲地带。问题的终点，仍在于对真实空间、真实时间与真实关系的改造与争取。

参考文献

- [1] [美]梅罗维茨, 著. 消失的地域: 电子媒介对社会行为的影响[M]. 肖志军, 译. 北京: 清华大学出版社, 2002: 31-32.
- [2] 张莉. 移动有声阅读场景分类与场景应用路径探析[J]. 出版科学, 2020, 28(2): 103-107.
- [3] 彭兰. 场景: 移动时代媒体的新要素[J]. 新闻记者, 2015(3): 20-27.
- [4] 亨利·列斐伏尔. 空间的生产[M]. 刘怀玉, 等, 译. 北京: 商务印书馆, 2021.
- [5] Farman, J. (2012) *Mobile Interface Theory: Embodied Space and Locative Media*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203847664>
- [6] 韩炳哲. 时间的味道[M]. 包向飞, 徐基太, 译. 重庆: 重庆大学出版社, 2018: 38.
- [7] 胡翼青. 从媒介化时间转向数字化时间[J]. 传媒观察, 2024(10): 1.
- [8] 吴瑶. 具身性、物质性与互动性: 有声阅读可供性实践的三重面向[J]. 编辑之友, 2022(3): 13-20.
- [9] Carey, J.W. (1989) *Communication as Culture: Essays on Media and Society*. Unwin Hyman.
- [10] Herzog, H. (1941) On Borrowed Experience: An Analysis of Listening Today Time Sketches. *Zeitschrift für Sozialforschung*, 9, 65-95. <https://doi.org/10.5840/zfs1941915>
- [11] Illouz, E. (2007) *Cold Intimacies: The Making of Emotional Capitalism*. Polity.
- [12] Katz, E., Blumler, J.G. and Gurevitch, M. (1974) Utilization of Mass Communication by the Individual. In: Blumler, J.G. and Katz, E., Eds., *The Uses of Mass Communication: Current Perspectives on Gratifications Research*, Sage, 19-32.
- [13] 许加彪, 张宇然. 耳朵的苏醒: 场景时代下的声音景观与听觉文化[J]. 编辑之友, 2021(8): 12-17, 23.
- [14] Schafer, R.M. (1977) *The Turning of the Word*. Alfred A. Knopf, 3-4.
- [15] 吴羽昭. 青年使用有声读物的场景体验研究: 以“懒人听书”为例[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 湖北大学, 2024.
- [16] 孙海悦. 数智时代, 有声阅读如何把握“价值锚点”[N]. 中国新闻出版广电报, 2026-05-18(005).
- [17] 埃里克·麦克卢汉, 弗兰克·秦格龙. 麦克卢汉精粹[M]. 何道宽, 译. 南京: 南京大学出版社, 2000: 365.
- [18] 彭兰. 连接与反连接: 互联网法则的摇摆[J]. 国际新闻界, 2019, 41(2): 20-37.
- [19] 宋佳辰, 申启武. 互不连贯的“此刻”: “听书”实践中的自主性建构与注意力重置[J]. 传媒观察, 2026(1): 96-108.
- [20] 庞华, 晋晨洋. 穿梭时间的“钟”: 极端通勤视域下媒介时间的转译与重构[J]. 传媒观察, 2026(3): 54-62.
- [21] 乔纳森·克拉里. 知觉的悬置: 注意力、景观与现代文化[M]. 沈语冰, 贺玉高, 译. 南京: 江苏凤凰美术出版社, 2017: 4, 10.
- [22] 周小莉. 有声读物中的声音叙事策略研究[J]. 科技与出版, 2022(2): 40-46.
- [23] 中国音像与数字出版协会. 《2025 年中国有声阅读发展报告》发布[EB/OL]. 2026-04-19. https://mp.weixin.qq.com/s/nA_hVGFIQ3Z6A7pgmj61Xg, 2026-06-30.
- [24] 杨忠杨, 孟维薇, 池永江. 智媒技术驱动有声阅读行为变迁与转型策略[J]. 中国数字出版, 2026, 4(3): 25-33.
- [25] 何子潮. 移动广播 APP 有声读物栏目发展策略研究[D]: [硕士学位论文]. 西安: 西北大学, 2019.
- [26] 刘涛, 张晖, 秦帼英. 有声阅读产业高质量发展策略探析[J]. 新阅读, 2024(8): 69-71.
- [27] 庞华, 朱雯琪, 周鑫. 多模态阅读视域下的有声阅读模式创新研究——以喜马拉雅为例[J]. 中国数字出版, 2026, 4(3): 18-24, 33.
- [28] 刘珍珠. 听觉·情感·参与: 有声阅读中的声音体验与情感互动[J]. 新闻传播, 2026(9): 61-63.