

2025年行业规模爆发式增长达1450亿元，  
高学历人士因接受度高、付费能力强成核心客群

# 心理咨询正成为成年人“情绪体检”刚需？

新年首周，国内某心理平台的咨询预约量环比暴涨127%，其中“90后”“00后”占比超七成——年轻人带着“节后焦虑”“职场倦怠”的困扰，将心理咨询变成了新的“开工仪式”。数据显示，人们越来越正视情绪和心理问题，全国约1.5亿心理咨询用户正在采取行动解决焦虑、无意义感、抑郁、自我认同和情绪失控等困扰，并愿意付出每小时几百到几千元不等的费用。

去年，心理健康议题写入政府工作报告，广东、江苏等省份率先将心理治疗纳入医保。与此同时，行业似乎还没有完全准备好——8.5万家专业心理机构、160万持证者仅八分之一活跃执业的人才荒，超四成服务资源集中在北上广深的区域不平衡……对从业者和创业者来说，其中蕴藏着无限良机和前景。

■策划：新快报记者 罗韵  
■采写：新快报记者 罗韵  
■制图：廖木兴



2025年中国心理咨询行业规模达1450亿元

(单位：亿元)



产业链



心理咨询四大细分市场



市场细分模块 (多选)



## 1 中年男性咨询需求年均增长超30% 行业爆发增长至1450亿元

当前，随着我国社会的快速发展，人们的物质生活越来越丰富。与此同时，人们快节奏的生活和强大的竞争压力，导致心理障碍和心理疾病的人数也在逐渐增多。相对于精神障碍人数，心理亚健康的人数更多，心理咨询行业顺势在国内悄然升温。

一个庞大的心理“亚健康”人群的存在，意味着我国有一个巨大的心理咨询服务“市场”或“潜在市场”。在国家利好政策支持和互联网技术不断成熟情况下，潜在客户数量和需求将会被激发出来。2025年，中国心理咨询行业规模爆发式增长达1450亿元，预计在2030年冲破2000亿元。与全球市场规模的920亿美元相比，仍有较大的发展空间。从各区域市场来看，美国以占据全球份额的48%居首，欧洲以28%次之，中国位居第三。

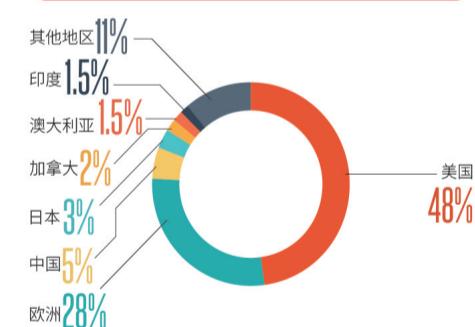
随着社会压力叠加、健康意识觉醒，叠加AI技术赋能与政策支持，这个曾被视为“小众”的行业，正以年均27%的增速狂奔。驱动增长的核心，是从“疾病治疗”到“健康管理”的观念转变。

——知乎#心理咨询#话题浏览量超34.1亿，小红书相关笔记突破800万条，越来越多人将心理咨询视为刚需的“情绪体检”。

2025年，心理咨询用户达到1.5亿人。他们的需求结构呈现鲜明特征：女性仍是主力军，占总数的78%，其心理困扰主要源于情绪问题(52.6%)、经济压力(49.8%)和工作压力(43.7%)；但男性市场正快速崛起，中年男性因“上有老下有小”的双重压力，咨询需求年均增长超30%，且更倾向于短期问题解决。青少年群体同样不容忽视，89%的中学生和77%的高校学生面临显著学业压力，18岁以下人群咨询量占比逐年攀升，“亲子关系”“学业焦虑”成为高频诉求。

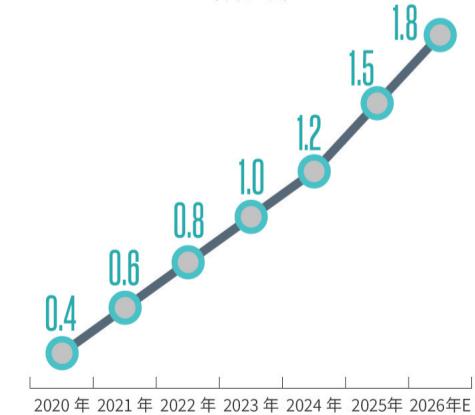
从职业分布看，除在校学生外，IT/通信/电子/互联网行业从业者占比17.71%，位列各行业之首，文化/传媒/娱乐/金融等领域紧随其后；学历方面，本科及以上来访者占比高达86.65%，高学历群体因接受度高、付费能力强，成为行业核心客群。

全球各区域市场规模占比



2025年中国心理咨询用户约1.5亿

(单位：亿)



心理咨询来访者性别占比

女 78% 男 22%

咨询费占收入七八成

心理咨询费 70%~80%

增值收入(EAP培训督导) 30%~50%

面对面仍是最主要咨询方式 (多选)

