

外卖“补贴大战”，对骑手影响几何？

专家表示，平台竞争从“拼低价、拼时限”转向“拼保障、拼服务”，才能推动共赢发展

本报记者 张菁 本报实习生 康满天

“去年夏天‘补贴大战’时，一天最多挣过600多元，现在也就300元左右。”日前，已经送了5年多外卖的骑手刘刚对记者说。

近日，国家市场监督管理总局披露外卖平台反垄断调查的最新进展，监管部门已进驻相关平台开展现场调查，进一步传导监管压力。

与此同时，大额补贴带来的“狂欢”之下，骑手群体的真实处境也逐渐显现出来。连日来，记者采访多位外卖骑手。从他们的讲述中，一幅幅复杂图景浮现：单量起伏大、收入不稳定；平台抢运力导致骑手频繁换平台、试错成本上升；配送时限压缩，商家出餐慢、顾客沟通不畅等末端矛盾也更多转嫁到骑手身上……

“补贴大战”激起的“内卷式竞争”给骑手带来了怎样的影响？监管介入，能否推动行业走出“拼低价、拼时限”的困局？

从“抢单”到“等单”

“那段时间确实收入挺高。”众包骑手李歌回忆起2025年的外卖“补贴大战”，话锋一转，“现在反而难跑了。”

在“抢人”大战较为激烈的七八月份，一些骑手确实经历了一段收入上升期。

北京昌平一家专送站点的站长王力向记者介绍，补贴力度大的时期，站内单量增加，骑手收入随之走高。但他同时强调，这种增长并不稳定，“单量起伏比较大”。

“补贴大战”期间，各家平台不仅争抢消费者，也争抢骑手，多家平台给出高额奖励。王力回忆，2025年上半年，确实有部分骑手被吸引跳槽，但不少骑手在尝试新平台后又重回“老东家”。

一位跳槽到其他平台又返回的骑手向记者感叹：“不清楚新平台的门道，虽然拿

阅读提示

持续近1年的外卖“补贴大战”给骑手带来了连锁反应：单量起伏大、收入不稳定；平台抢运力导致骑手频繁换“东家”，试错成本上升；配送时限压缩，商家出餐慢、顾客沟通不畅等末端矛盾更多转嫁到骑手身上……专家表示，平台企业实现共赢发展，应将劳动者作为战略人力资源，从“拼低价、拼时限”的“内卷式竞争”向“拼保障、拼服务”转变。

到了拉新奖，但送餐效率受到不小影响。”

配送时限持续缩短，是所有受访骑手感受最明显的变化。

王力向记者梳理了配送时限的大致演变轨迹：早期行业普遍约30分钟，后来收窄到20多分钟，现在一些模式已经压缩至19分钟送达。

“单多时最怕商家‘卡餐’，会影响后面一连串的订单。”采访中，多位骑手向记者反映。

“出餐慢对商家基本没影响。但骑手超时，评分就下降了，后面接单也受影响。”王力坦言，无论上游哪个环节出了问题，末端的骑手都会受影响，比如，外卖柜拒收、顾客不接电话等情况，最终往往都要骑手担责。

王力回忆，2025年11月，由于其他平台补贴力度加大，站内单量下滑不少。今年3月，订单复苏也不及预期，骑手日均单量从此前的近40单降至约30单。

“随着单量下降，想维持收入，骑手不得不在线更长时间。”王力坦言。

为何选择“拼低价、拼时限”？

“配送时限的竞争其实是平台‘内卷式竞争’的典型表现。”在前不久由北京大学社会学系中国工人与劳动研究中心主办的一场研讨会上，有专家指出，一家平台缩短时限，其他平台也不得不跟进，否则就会在消费者体验上处于劣势。最终结果是，骑手成为“时限竞赛”中压力的直接承担者。

“外卖行业目前已进入存量竞争阶段。”首都经济贸易大学劳动经济学院教授詹婧指出，消费者的用餐需求总量已相对稳定，市场

增量空间有限。在这种格局下，新进入者为了争夺市场份额，很容易引发以大额补贴、压缩时限等为主要手段的“内卷式竞争”。“这种竞争并不是在创新或服务升级层面展开，而是在低水平重复同样的竞争方式。”詹婧说。

为什么平台容易选择“拼低价、拼时限”？

詹婧分析，一个重要原因是拼低价见效快，拼保障回报周期长。“一分钱奶茶”、满减等活动能够迅速拉动单量，提升市场份额。而提升劳动保障水平，改善员工体验，到最终转化为企业利润，是一个很长的链条，需要持续投入和长期坚持。在短期增长的诉求下，企业自然会倾向选择见效更快的路径。

还有专家指出，骑手表面上被纳入企业社会责任的利益相关方框架中，但实际上，消费者、商家等其他利益相关方的诉求，最终都要通过骑手的劳动来落地。“无论平台采取什么竞争策略，最终承担执行压力和风险的都是骑手。”

詹婧补充分析，从议价能力来看，骑手群体高度分散，组织化程度低，同时，行业缺乏明确的劳动基准，骑手的劳动保障水平偏低。

“当前整体单量不足，而补贴大战时入场的骑手过多。”李歌认为，供大于求的状况下，即便有合理诉求，也难以得到有效回应。这也是受访骑手的共同感受。

规范“内卷式竞争”，推动共赢发展

前不久，有媒体发表评论指出，外卖大战看似惠民，实则内卷。健康的竞争，应该是技术创新、效率提升、服务优化的良性角逐，而不是依靠资本堆砌的烧钱游戏。价格战，走

不远；内卷竞争，没有赢家。

今年的政府工作报告提出，推动平台企业和平台内经营者、劳动者共赢发展。

如何实现共赢发展？研讨会上，有专家指出，平台企业要实现规范化发展，必须将劳动者作为战略人力资源，而不仅仅是平台利益目标的执行者。

詹婧认为，目前外卖行业已不是一家独大的格局，单靠个别企业的自律很难奏效，需要在行业层面把大家的标准“拉齐”。

她进一步指出，在协商恳谈过程中，劳动者代表在算法、数据等方面的专业力量较弱，劳动者代表很难判断哪些数据是可以要求公开的。“需要让懂技术的专家参与进来，增强协商的有效性。”

研讨会上，也有学者指出，只有推动新就业形态劳动标准立法，通过立法提供最低劳动条件，比如最低单价、最短配送时限，同时将劳动条件纳入平台监管范畴，推动订单分配、奖惩机制等核心事项进入集体协商程序，才能推动改变现状。

“当行业普遍建立起同等标准的劳动权益保障底线时，竞争才可能转向创新、服务升级、智慧配送等更有价值的方向。”詹婧说。

在劳动保障方面，詹婧建议社保机制进一步创新。她注意到四川等地已开始探索政府补贴首次参保的骑手，如由政府按照平台企业单位缴费额的10%给予补贴，降低骑手参保门槛，提高参保动力。

采访中，多位骑手还表达了对改善劳动条件的期待。王力说出了骑手较为迫切的诉求：希望申诉机制进一步优化，例如增加上报异常次数，并为连带超时的情况设立专门申诉通道。针对商家出餐慢、顾客不接电话等情况，骑手也应拥有更多反映渠道。

多位专家表示，应尽快规范“内卷式竞争”，引导平台竞争从“拼低价、拼时限”转向“拼保障、拼服务”，骑手、消费者、商家和平台才能真正实现共赢。

(文中部分采访对象为化名)

安徽铜陵创新社保服务，让政策看得懂、待遇算得清、规划有指导

「社保规划师」帮群众算好「养老账」

本报讯(记者陈华 通讯员路璐 高玲妮)4月10日下午，安徽省铜陵市社保中心服务大厅内，新挂牌成立的“社保规划师”工作室正式启用，48岁的市民查女士成为该工作室的首批体验者之一。

当天，铜陵市首个“社保规划师工作室”同步亮相，并迎来首次集中“坐诊”，4名预约群众专程来到现场咨询。“我还有几年就退休了，一直想算算退休后到底能拿多少钱，心里好有个底。”拿着刚刚测算出的个性化养老方案，查女士心里的大石头落了地。

长期以来，“政策看不懂、待遇算不清、规划缺指导”是困扰参保群众的痛点。铜陵市社保中心打破传统业务科室壁垒，创新推出“社保规划师”服务新模式。该中心整合参保缴费、养老保险、失业保险、工伤保险、转移接续等多领域骨干力量，组建了首批12人的跨科室专家团队，推动社保服务从过去的“被动受理”向“主动规划”转型。

“社保规划师”服务不仅设有政策解答窗口，更是综合性社保“智囊团”。在服务现场，针对咨询者提出的“什么年龄段参保最合适”“个体工商户如何参保更划算”“城乡居民缴费选什么档次好”等实际问题，规划师团队采取了“多对一”专家联合会“会诊”模式，精准解答。

专家结合每位咨询者的年龄、职业现状、缴费年限等具体情况，逐一测算、协同研判，不仅给出精准的待遇测算结果，还为其量身定制个性化参保规划方案。“以前自己看政策总是一知半解，现在几位专家一起帮我分析，把‘养老账’算得明明白白，心里踏实多了。”查女士说。

据了解，铜陵市“社保规划师”实行“常态化预约+周五集中会诊”运行机制。每周五，规划师团队将在工作室集中“坐诊”，通过“预约统筹一集中服务一事跟踪”的全闭环运作，为全市参保群众和企业提供跨险种、全周期、一站式深度咨询服务。

为方便群众，该服务采用“线上+线下”相结合的预约方式：有需求的参保群众可以直接前往社保服务大厅现场预约，也可关注“铜陵人社”微信公众号，进入“铜小保说社保”栏目，扫描“社保规划师服务线上预约入口”二维码，实现“免跑腿”在线申请。

铜陵市社保中心相关负责人表示，未来将持续发力，切实让群众实现“政策看得懂、待遇算得清、规划有指导”，打造“社保有人管、服务有温度”的民生服务新名片。

陕西：

促进青年高质量充分就业

本报讯(记者祝盼 毛浓曦)近日，陕西省人社厅、省财政厅共同印发《关于做好2026年全省高校毕业生等青年就业工作的通知》，多措并举推动更多资金资源投资于人，以促进高校毕业生等青年高质量充分就业。

通知明确，拓岗扩容，全力挖掘就业潜力。继续实施稳岗扩容提质行动，延续实施稳岗返还、阶段性降低失业和工伤保险费率政策，重点支持建筑、住宿餐饮等民营企业稳定就业岗位。统筹盘活事业单位编制存量，重点面向教育、医疗卫生等基层单位挖岗挖位，空缺编制优先用于公开招聘高校毕业生。

通知要求，在高校毕业生集中的城市，每周至少举办1次专业性招聘、每月至少举办1次综合性招聘。精准帮扶离校未就业及困难毕业生，建立实名台账，普遍提供“1131”服务，即1次政策宣介、1次职业指导、3次岗位推荐、1次培训或见习机会，确保帮扶就业率90%以上。

同时，发布《陕西省高校毕业生就业创业政策服务指南(2026版)》，提出毕业年度高校毕业生(含技工院校高级工班、预备技师班、技师班和特殊教育院校职业教育类毕业生)，每年可到经人社部门备案的培训单位参加1次政府补贴性职业技能培训。离校2年内未就业高校毕业生和16~24岁登记失业青年，可向公共就业人才服务机构申请参加3~12个月的就业见习，享受每月1700元的基本生活费补贴和每月30元的人身意外伤害保险。

浙江温州：

发布最新紧缺职业(工种)清单

本报讯(记者邹偶然)近日，浙江省温州市人社局发布《温州市紧缺职业(工种)目录(2025版)》，对比2021~2024年稳定延续的目录内容，紧缺工种从“广覆盖”转向“高精尖”，从传统制造业主导到数字智造、新兴产业、民生服务等领域。

在2021年的紧缺目录中，车工、铣工、焊工、钳工等传统机械加工工种占半壁江山。到了2025年，目录中悄然多出“工具钳工”这样的细分岗位，电工、高低压电器及成套设备装配工等职业明确标注“仅限高级工及以上”，这意味着，温州制造业对技能人才的需求已经从“有没有”转向“好不好”。

类似的需求也体现在生活服务类职业中。养老护理员、家政服务员、保育师同样连续多年入选，但2025年版统一标注“仅高级工及以上”。这表明，温州社会对“一老一小”服务的需求，已经从“有人做”升级为“专业的人做”。

此外，目录还体现了智能制造相关职业从无到有、从少到多的爆发式增长。2022年，“工业机器人系统操作员”“工业机器人系统运维员”首次亮相，等级要求“四级至一级”。随后，“人工智能训练师”“物联网安装调试员”“网络与信息安全管理员”先后出现在目录上。到2025年，无人机装调检修工、无人机驾驶员、电池制造工等又一批“新面孔”加入紧缺阵营，且多数标注“仅高级工及以上”。

据温州市人社局相关负责人介绍，该目录旨在引导培训资源向主导产业集中，增强职业技能培训的针对性，助力发展新质生产力。

上海：求职安居“一步到位”

4月15日，在复旦大学举办的上海“保租房毕业季进校园”(第五季)首场活动现场。

当日，上海“保租房毕业季进校园”(第五季)专项行动在复旦大学邯郸校区正式启动。活动现场公布了解决来沪求职青年过渡性住房需求的公益性服务平台——上海青年驿站提质扩容计划的最新进展。同时，上海相关部门和百余家保租房项目企业，在现场提供政策答疑、项目推介等“一站式”服务。

据介绍，“保租房毕业季进校园”活动将于4月至7月持续走进上海高校，通过校园供需对接、政策宣讲、在线预订、一站式办理等方式，更好满足高校毕业生在沪安居、就业的需求。

新华社记者 刘颖 摄



江苏南通破解“谁来教、在哪教、怎么教”难题，系统推进人工智能技能提升培训——

“AI夜校”来了，上班族有了专属课程

本报记者 黄洪涛 本报通讯员 刘志刚

当人工智能的浪潮奔涌至江海交汇处，一场关乎城市未来与个体命运的“AI启蒙行动”正在江苏省南通市悄然兴起。这里的夜晚，不仅有人间烟火的温暖，更有“AI夜校”的灯光，照亮万千职场人的成长路。

近日，《南通市“AI夜校”实施方案》出台，南通在全省率先系统化推进人工智能技能提升培训。这项由人社局牵头、多部门联动的“全民行动计划”，聚焦“产业赋能+创业孵化”，让前沿技术走出实验室，走进工厂车间、社区课堂，为这座制造业重镇的数字化转型注入人才动能。

破解“谁来教、怎么教”难题

AI技术迭代快、专业门槛高，如何让培训真正服务产业一线？南通的解法是打破围墙，下好政企协同破局的“一盘棋”。

“我们的课堂让车间里的AI专家走上讲台。”南通市人社局相关负责人介绍，“AI夜校”的核心特色在于产业赋能，紧扣船舶海工、高端纺织、新能源等本地优势产业，构建政府主导、院校支撑、企业融入、社会参与的

多元培训体系。

在组织层面，市人社局联合工信、科技等部门，统筹整合培训资源、实训场地等难题，明确引导链主企业选派技术骨干担任实操导师。让来自生产一线的AI应用高手直接教学，确保培训内容与岗位需求“零距离”。

院校端则提供强大智力支撑。华东师范大学与江苏省南通工贸技师学院、如皋技师学院等本地技工院校合作，共建“AI产业学院”和“AI公共实训基地”，将顶尖高校的课程体系、师资培养能力与本地产业场景深度结合，让人才培养从纸上谈兵走向实战练兵。

“我们要把AI培训从零散的‘讲座式’普及，升级为系统化的‘工程式’推进。”该负责人表示，这种协同机制旨在打通从理论学习到技能认证、再到就业创业的全链条，让学员真正学有所成、学有所用。

课程实现“量体裁衣”

“AI夜校”强调“量体裁衣”，将培训对象分为六大群体，每类人群都有专属课程“菜单”。

对于中青年在职人员，开设办公、管理、创业、医疗等七大方向课程，引入AI高效办公全能实操”等实用课程，帮助他们把AI变

成提升效率的“第二大脑”，并且AI应用能力将被纳入继续教育体系，成为同等条件下优先晋升的“加分项”。

技工院校的师生作为未来的“准工匠”，教师接受AI教学工具、学科融合等系统培训，目标是一年内教师AI技能认证率超30%；学生通过项目式学习，在动手实践中培养AI素养。

面向智能制造一线的技术工人，夜校联合链主企业开发“AI+”专项课程，融入工业机理模型、机器视觉检测等前沿技术，让技术人员在真实或仿真场景中掌握核心技术。

针对新业态从业者 and 创业者，课程聚焦AI内容创作、商业模式创新，开设《AI互联网营销实战》培训，助力带货主播也能玩转AI，拓展业务边界。

面对职业技能提升与转岗人员，夜校瞄准AI训练师、智能制造AI应用技术员等新兴岗位，开设实操课程并衔接职业认证。

中老年市民可依托老年大学等载体，学习AI防诈骗、AI健康管理工具入门等课程，助力银发族跨越“数字鸿沟”。

“我们的目标是让‘AI夜校’走进千家万户，赋能每一个普通劳动者。”南通市人社局相关负责人说。

“下楼就能学AI”

围绕“在哪教、用什么教”等关键环节，南通推出一系列硬核举措。

在阵地方面，全市将设立不少于20个“AI夜校”教学点，实现技工院校全覆盖。同时，依托各县(市、区)街道社区的党群服务中心设立标准化教学点，让市民“下楼就能学AI”。线上则依托“江苏工匠课堂”，形成“线上+线下”“理论+实操”的灵活学习模式。

师资建设上，深化与华东师范大学合作，将AI师资培训纳入教师继续教育体系，计划全市累计培养300名人工智能教学骨干教师，确保“教AI”人首先是“AI高手”。

为实现以用为本，将开展人工智能产业技能需求大调研，精准掌握重点领域的AI人才缺口，将课程编制与链主企业的订单式、定向式培养紧密结合，实现培训内容与产业脉搏同频共振。

南通“AI夜校”还制定“三步走”战略：1年内，年培训规模不少于1万人次，建成AI产业学院，培育百名教学骨干；2~3年，累计培训超5万人次，新增AI技能人才3万人次；到“十五五”末，全社会累计培训超10万人次，实现AI技能人才供需与产业需求的高效匹配。