

# 外卖骑手的时间被谁“偷”走了？

## 计时规则挤压配送时长、收入下降成问题

“1分钟不等于60秒？”近日，一则外卖骑手实测视频引发热议。有骑手称，淘宝闪购App倒计时“1分钟”仅相当于现实42秒，质疑平台“偷时间”。

1月9日，该视频被查实系网民李某某为博取流量恶意剪辑造假，其已被依法行政处罚。记者随后以兼职骑手身份进行实地测试，未发现平台存在系统性“偷

时间”行为。

但骑手的时间焦虑真实存在。记者调查发现，当前主流平台普遍采用“总时长一口价”计时规则，从派单开始，商家出餐、骑手取餐与配送全程共用一个倒计时。部分商家出餐耗时超过20分钟，而整单时限往往仅25分钟左右，导致骑手实际可用于配送的时间仅剩短短几分钟。



为赶时间，外卖骑手常罔顾安全疾驰配送。

### 记者实测

网传的实测视频显示，时间被压缩了整整18秒，误差幅度高达30%。按此比例推算，一份标称20分钟的配送订单，骑手实际可用的时间可能不足14分钟。

不少骑手对此提出质疑，认为平台可能通过加速计时制造“心理紧迫感”，变相逼迫骑手超负荷运转。网友指出，这被压缩的十几秒，往往是骑手在路口观察、爬楼喘息或避让车辆的关键缓冲期，时间一再收紧，安

### 平台辟谣

记者随机采访了多名来自不同平台的外卖骑手。大部分骑手表示，平时并未过多关注平台是否存在“偷时间”的问题。“没太注意，我送单时手机基本都是息屏状态。”淘宝闪购骑手王磊说。

尽管淘宝闪购平台已辟谣，称所谓“1分钟只有42秒”系视频造假，但部分骑手仍存疑虑。记者注意到，骑手端App仅在剩余5分钟时才开始显

### 骑手焦虑

近年来，外卖骑手数量持续增长。美团财报显示，其骑手人数从2020年的470万增至2023年的745万；饿了么活跃骑手超400万，京东外卖等新平台也在扩招。全国至少有1200万骑手在争抢有限的订单。与此同时，配送时限却不断收紧。有关调研数据显示，外卖3公里配送时间已从2016年的60分钟压缩至2018年的39分钟，此后仍在进一步缩短。

“说到底，还是单价的问题。”王磊回忆，2020年刚入行时，一单平均能拿8元，如今则稳定在约6元，3年间每单少了2元。“跑的人多了，单子没增加，大家分到的活就少了。”收入因此被单价下降和人均派单量减少双重挤压。

时间紧张也进一步拉低了配送效

### 未发现平台“偷时间”

全风险随之上升。

1月9日，据媒体报道，该说法被证实为谣言。经查，网民李某某为博取流量关注，通过恶意剪辑、加速视频等手段编造虚假内容，并在社交平台散布，误导公众认知。淘宝闪购已报案，目前李某某已被依法行政处罚。

为了验证“平台是否偷时间”，1月9日，记者在“蜂鸟众包”App注册账号，以兼职骑手身份接入淘宝闪购配送系统，并进行了一次实地计时测试。

### 偷时间视频造假

示具体秒数，此前的倒计时期间不显示精确时间。有骑手在社交平台留言：“45分钟的单子，最后显示只用了39分钟，但中间那段你看不到读秒，是不是‘偷’了也不知道。”还有人猜测：“是不是后台监测到你不动就不计时，一移动才开始走？”

这些疑问的背后，其实指向一个更根本的问题，平台配送计时规则缺乏分

### 单价下降、时间收紧

率。“我都觉得时间不够用。”淘宝闪购骑手徐彪说，一单从出餐到送达，最起码要45分钟才合理，但现实中，大多数订单限时仅二三十分钟。

另一名骑手李明算了一笔账：过去时间充裕时，一小时能送七八单；现在时间太紧，最多只能跑三四单。更麻烦的是商家出餐慢：“有些店卡餐，等十几分钟都做不出来。我们到了拿不到餐，倒计时还在走，心里特别急。”

一旦等餐耗时过长，剩下的配送时间根本不够用。问题的根源正是，计时不分阶段，责任却全由骑手承担。李明表示：“比如给26分钟，但它不分取餐时间和配送时间，直接给你一个总时长，让你在这段时间内完成所有工作。”这种

在完成到店取货、点击“确认到店”后，系统显示剩余配送时间为16分钟。当界面跳转至“剩余15分钟”的瞬间，记者立即用另一部手机启动秒表；待系统时间跳至“剩余14分钟”的那一刻，记者随即停止计时。结果显示，这一分钟倒计时实际耗时58秒。考虑到手动操作存在一两秒的反应延迟，该误差完全处于合理范围内。

本次实测未发现平台存在系统性“偷时间”的证据。

段与透明度。

记者体验和采访发现，当前主流平台普遍采用“总时长一口价”模式，即从系统派单开始，就启动一个包含商家出餐、骑手取餐和最终送达的统一倒计时。例如，一单标称25分钟，这25分钟里既包括商家做餐的时间，也包括骑手送餐、爬楼、堵车等所有环节。但系统并不会区分“哪一段由谁负责”。

“一刀切”的设计，没有考虑取餐等待的不确定性，几乎不给骑手缓冲空间。

这一情况在黑猫投诉等平台上也被大量反映：系统往往在商家还未出餐时就派单，倒计时随即开始。有些商家出餐就要20分钟以上，而整单总时长仅25分钟左右，骑手实际可用于配送的时间可能只剩几分钟。同时，平台对商场找路、小区爬楼、交通拥堵等现实困难，也没有额外时间补偿。

由于时间压力大、收入受影响，骑手与商家因等餐问题频繁发生冲突。他们的诉求很直接：要么等商家出餐后派单，要么将取餐时间和配送时间分开计算，至少让骑手只对自己能控制的部分负责。

据《羊城晚报》

### 揭秘18秒倒计时真相

外卖骑手被传“时间造假”的谣言虽被澄清，却揭示了现代人共同的“时间错觉”——高压下大脑开启“高帧率模式”，让每一秒都充满煎熬。我们与骑手同样在KPI、房贷、育儿中狂奔，愤怒的不是倒计时，而是被生活追赶的无力感。所幸平台正从“罚”转向“奖”，而我们也要学会对自己说：“不急，安全第一。”

你刷到过那个视频吗？画面里，外卖骑手盯着手机，倒计时从60秒开始，可数字跳到18时，系统却提示“超时”。标题耸动：“平台偷走了你的时间——1分钟，其实只有42秒。”

这视频传疯了。评论区一片愤怒：“原来他们连时间都能造假？”很快，警方通报来了：视频是人为加速剪辑的，造谣者被行政处罚。淘宝闪购也澄清：平台从未篡改时间。

但一个奇怪的问题浮出水面：为什么这么离谱的谣言，我们竟一秒就信了？或许，不是我们太轻信，而是我们太懂那种“时间被偷走”的感觉。

你有没有过这样的时刻？赶着打卡，电梯迟迟不来，每一秒都像在煎熬；骑车送孩子上学，小家伙在后座哼歌，你却盯着红灯，恨不能用眼神让它变色。

人在压力下，时间会变慢。

这不是错觉，是大脑的生存机制。心理学研究发现，当人处于紧张、焦虑或高强度任务中，大脑会自动开启“高帧率模式”——心跳加速、感官敏锐、注意力紧绷，每一秒都被塞进更多感知细节。于是，主观上，时间被拉长了。

外卖骑手在暴雨中爬六楼，在车流里穿行，在客户催单的铃声里狂奔……他们的每一分钟，都被塞满了“必须完成”的信号。对他们来说，1分钟，真的像3分钟那么长。

而我们普通人，谁不是在自己的“配送路上”？

KPI、房贷、育儿、社交……现代生活的压力源像无数个同时响起的闹钟。我们不是被平台偷了时间，而是被生活压出了“时间错觉”。

谣言虽假，情绪却是真的。

我们愤怒的，从来不是那18秒的倒计时，而是那种“无论如何都跑不过时间”的无力感。我们心疼骑手，其实也是心疼那个在会议室、在工位、在深夜厨房里，同样被时间追着跑的自己。

值得欣慰的是，平台正在改变。淘宝闪购推行“超时免罚”，美团、京东外卖也在试点积分激励。从“罚”到“奖”，是算法对人性的一次低头。

这提醒我们：下次再看到类似谣言，不妨先停一秒。不要急着转发，而是要问问自己：“我是不是，也正活在某种‘时间错觉’里？”

如果答案是肯定的，别硬扛。允许自己慢一点，多喝一口热水，或者像那个骑手一样，在路边喘口气。时间从不会真的被偷走，它只是等着我们，找回属于自己的节奏。天冷了，记得点外卖时给骑手加个备注：“不急，安全第一。”

据央广网