



扫一扫 转发报道

编者按

“她经济”浪潮奔涌，女性已成为新消费市场的中流砥柱。从悦己消费到情绪价值，女性的每一次选择，都在以温柔而坚定的力量重塑市场格局。然而，热潮之下亦有隐忧——如何让女性敢消费、愿消费、安心消费，已成为时代之问。

为生动践行2026年湖南省3·15国际消费者权益日大会上“优化消费环境、提升消费品质”的主题精神，湖南省消费者保护委员会、今日女报/凤网联合推出“守护WOMEN的消费”专栏，聚焦消费高频区、对话消费守护者，以更高标准优化消费环境，以更实举措提升消费品质，营造让女性放心、舒心、暖心的消费生态，为激发消费活力、推动高质量发展贡献“她力量”。

9018% 增长背后的新消费观察

悦己消费中，湘妹子为何偏爱“拼豆”

今日女报/凤网记者 周雅婷

这个春天，“拼豆”火了——这一起源于20世纪的康复工具，正以一种意想不到的方式重回大众视野：它不是儿童玩具，而是Z世代女性排队打卡、结伴解压的“社交货币”。

今年3月，当“大力提振消费”被写入2026年政府工作报告和“十五五”规划纲要，培育消费新热点、推动情绪消费破圈等正成为经济发展大方向，“拼豆”产业的爆发式增长恰逢其时。据抖音平台发布的2026年春节消费数据报告，春节期间Z世代下单的团购量同比增长65%，其中拼豆团购订单量同比增幅高达9018%，女性消费者占据主导地位。

它究竟有何魔力？又是如何成为手工界“顶流”？今日女报/凤网记者带着问题探访这股热潮背后的消费密码。

年轻女孩爱拼豆：治愈还是社交？



正在拼豆的消费者。

作完成，成品可做成冰箱贴、钥匙链等。小刘表示，熟练之后，仅需1~2个小时，就能完成一个中等画幅的拼豆作品。

多次线下体验后，小刘还在线上专门购买了镊子、豆子、熨斗等材料在家DIY。小刘告诉记者，拼豆的收费模式很简单，大致分为两种：第一种是按小时收费，多数拼豆店的价格在一人15~30元/小时的区间浮动；第二种是限时计费，便宜的30~60元就可以在店里拼上一整天。而线上购买材料，普通品牌拼豆仅需1.3~1.5元/千颗，头部品牌“Mard”的拼豆单价也仅需5.28元/千颗。

“门槛低、体验感强、容易让人进入专注状态，又能作为社交载体，兼具治愈性与社交性，这些都是我爱上拼豆的原因。”小刘说，平时她会约上朋友一起去线下门店体验拼豆的快乐，拼好的作品也会作为礼物送给好友。

拼豆(Perler Beads)又称熔融豆、像素画，是一种在带孔模板上用彩色空心塑料颗粒(豆子)拼组图案后经熨烫定型的手工活动，起源于20世纪的瑞典，最初用于老年人肢体康复，后被改造为儿童益智玩具。如今却成为年轻人的情绪消费新选择。

今日女报/凤网记者从小红书平台发布的《2025年度兴趣报告》中看到，拼豆已经和“谷子”、手账、胶片一起，

并列十大出圈的“奇怪”兴趣之一，关键词话题讨论已超2315万。

长沙市民小刘就是被拼豆吸引的年轻人之一。去年，她和朋友去了一家手工DIY店，被像素风格、色彩多元的拼豆成品吸引，开始尝试自己制作。

拼豆的制作并不复杂。用镊子或者“豆笔”夹起不同色号的豆子，照着像素图纸一个个拼在带孔模板上，盖上烘焙布，烫制定型，冷却后即制

新消费观察：从拼豆到盲盒，新消费产品底层逻辑共振

蔡国良(湖南师范大学商学院副教授、她消费帮帮团专家)

拼豆的爆火并非偶然，而是多重消费新动力共同作用的结果。“悦己经济”持续升温、“疗愈消费”需求集中释放，各项消费数据都在表明当代女性“为自己买单”的意愿愈发强劲。拼豆制作过程让人进入专注的“心流”状态，这种沉浸式体验正是其治愈力的来源。

而拼豆具备明显的“社交货币”属性——成品多为高饱和度卡通形象，极具视觉冲击力，适合在社交平台展示，而“晒图+点赞”的社交反馈循环，是推动其指数级增长的关键推手。当拼豆作品成为朋友圈的点赞收割机，它就不只是手工作品，更是一种身份认同和圈层归属的象征。

值得一提的是，拼豆的出圈路径与此前盲盒经济的爆发有着惊

人的相似性。盲盒同样以“低成本试错+高情绪回报”切中年轻女性痛点：拆盒瞬间的未知惊喜触发多巴胺分泌，集齐全套的收藏欲满足掌控感，而隐藏款的稀缺性更赋予其社交炫耀价值。两者都精准击中了“悦己+疗愈+社交”的三重需求，用低门槛的参与感、高反馈的成就感、强连接的归属感，重构了人与消费的关系。

但差异同样值得关注：拼豆比盲盒更强调“创造”而非“获得”——从0到1的手工过程赋予消费者更强的主体性和叙事空间，这也使其在“反消费主义”思潮下更具生命力。这提示我们：未来的消费竞争，不仅是产品之争，更是情绪价值的供给能力之争；而谁能将“购买”转化为“创造”，谁就能在悦己经济的浪潮中占据先机。

新消费提醒：快乐手工，科学操作

拼豆手工因制作过程治愈、成品独具风格，近年来在年轻人中迅速走红，尤其在年轻女性群体中备受青睐。然而，在追求“指尖快乐”的同时，也需警惕其背后可能隐藏的健康与安全隐忧。为帮助消费者理性参与、科学操作、安全消费，湖南省消费者权益保护委员会提醒广大消费者：

一、选对材质，远离“身份不明”产品。拼豆制作中熨烫环节易释放有害物质。劣质产品常使用ABS或回收塑料，加热后可能释放甲醛等有害气体。建议购买时优先选择明确标示PE、EVA的产品，警惕仅笼统标注“环保材料”的商品，拒买无包装、无名称、无厂名的“三无”产品。

二、核实报告，谨防“货证不符”。当前部分商家存在共用质检报告、报告模糊或无法证明与所售产品一致等问题。消费者应主动索要并核对质检报告，重点关注样品名称、型号、生产单位是否与所购产品一致。对包装简陋、信息不全

的产品保持警惕，避免购买。

三、科学操作，把好健康关。即使使用合格产品，也需注意操作细节。建议保持通风，熨烫时确保空气流通，减少有害物质积聚；可佩戴口罩，避免长时间吸入加热产生的气体；要防止烫伤与误吞，尤其注意儿童安全，避免接触高温工具和小零件。女性在孕期、哺乳期及生理期对化学物质更敏感，建议避免参与熨烫环节。

四、理性消费，避免“为晒而买”。拼豆虽解压，但勿沉迷。建议明确消费目的，避免“一次性消费”陷阱。购买前或体验前应了解退换货政策，保留相关凭证。如遇质量问题或虚假宣传，可先与商家协商，可以拨打12315或12345热线，向全国消协智慧315平台或当地消保委(消协)、有关行政部门投诉，依法维护自身的合法权益。

拼豆的乐趣在于创造与放松，而非盲目追逐与堆积。理性参与、科学防护、合理消费，才能真正享受手工带来的治愈时光。

线下店铺有多火：热门商圈一号难求

在长沙，拼豆到底有多火？3月8日，正值妇女节和周末，今日女报/凤网记者来到长沙五一新干线，实地走访这一聚集了数十家手工DIY店铺的“拼豆大楼”。

记者走访发现，在位于20楼的“我勒个豆DIY手工坊”，店内几乎每个座位都坐满了顾客。该店店员透露，尽管店铺开业经营仅两个多月，但寒假以来客流量持续走高，“周六周日都是满的”。店员表示，顾客以年轻女大学生和情侣为主。

一家店铺负责人黄先生告诉记者，拼豆的火爆始于2024年底，受影视剧《永夜

星河》的IP效应影响。店内业务涵盖陶艺、银饰、拼豆等



消费者在货架上挑选不同色号的拼豆材料。



每逢周末，拼豆店铺爆满。

多个品类，但如今拼豆占比已超过九成。

其他手工品类的门槛、价格也间接促进了拼豆的流行。不少店主表示，以前年轻人喜欢手工制作银饰戒指，但银价上涨后，生意难做；而陶艺手工对新手消费者

来说，制作成品的成功率太低，所以相比之下，拼豆材料成本低、上手简单，成为不少年轻女孩抱团消费的选择。

而拼豆的火爆也带火了产业链。黄先生透露，去年在“双十一”期间购买的自动烫画机价格已从1400元涨到2100元，门店租金也有不同涨幅。