在我国社会变革和经济专柜的过程中，每一个人都面临着日益激烈的生存竞争和发展竞争，告诉变化的社会和经济环境已经成为对大众心理素质最为现实的挑战。人们在现实生活中可能面对各种情绪及心理问题的困扰，生活中也存在线下的心理咨询室，但仍存在诸多不足：

* + - 1. 需要花费一定的往返路途时间，需要花费一定的时间精力；
      2. 交通或者吃饭等问题等产生额外的费用
      3. 不能随时随地进行心理咨询，缺乏便利性
      4. 有些人性格比较内向，不适合进行面对面咨询，或者语音及文字等其他的方式更适合这部分人。