

高校图书馆阅读疗愈实践现状与优化路径研究

赵海燕, 王妍, 张艳艳, 李文

中国海洋大学图书馆, 山东 青岛

收稿日期: 2026年1月28日; 录用日期: 2026年3月4日; 发布日期: 2026年3月19日

摘要

为满足大学生群体日益增长的心理健康服务需求, 充分发挥高校图书馆在健康校园建设中的积极作用, 本文通过文献调研与网络调查法, 系统分析国内高校图书馆阅读疗愈服务现状。研究发现, 当前高校图书馆阅读疗愈存在服务机制碎片化、认知推广不足、专业人才匮乏等现实挑战, 并据此从机制构建、空间赋能、队伍培养、品牌推广四个维度提出优化策略, 以期为推动高校图书馆阅读疗愈服务体系化发展提供理论参考和路径支持。

关键词

高校图书馆, 阅读疗愈, 心理健康教育, 服务优化

Research on the Current Situation and Optimization Path of Reading Therapy Practice in University Libraries

Haiyan Zhao, Yan Wang, Yanyan Zhang, Wen Li

Library of Ocean University of China, Qingdao Shandong

Received: January 28, 2026; accepted: March 4, 2026; published: March 19, 2026

Abstract

To meet the growing mental health service demands of college students and fully leverage the positive role of university libraries in building a healthy campus, this paper systematically analyzes the current status of reading therapy services in domestic university libraries through literature review and online surveys. The research finds that there are several practical challenges in the current reading therapy services in university libraries, including fragmented service mechanisms, insufficient awareness

and promotion, and shortage of professional talents. Based on these findings, this paper proposes optimization strategies from four dimensions: mechanism construction, space empowerment, team training, and brand promotion, with the aim of providing theoretical references and path support for the systematic development of reading therapy services in university libraries.

Keywords

University Libraries, Reading Therapy, Mental Health Education, Service Optimization

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

大学阶段是青年学子积淀学识、实现个人成长的关键时期，健康的身心状态是保障学生高效学习与全面发展的基石。然而，随着社会竞争的加剧与数字化生存方式的普及，学业压力、人际交往障碍、就业焦虑等心理社会因素所引发的健康风险日益凸显，大学生心理健康已成为高等教育领域高度关注的现实挑战与学术议题。在此背景下，中共中央，国务院(2025)印发的《教育强国建设规划纲要(2024~2035年)》明确提出“普及心理健康教育”的工作任务，为高校心理健康工作提供了顶层设计指引，也对创新心理健康教育模式提出了更高要求。

高校图书馆作为大学生学习、阅读的重要场所，能为学生提供全方位的、可信赖的健康服务(黄红华，杨晓平，2022)，阅读疗法作为一种促进心理健康的辅助方法，应在新时代发挥其应有的社会价值，成为国家健康战略实施的有效推手(王波，2019)。目前，高校图书馆已逐步开展阅读疗愈服务，在资源提供、空间营造和活动组织等方面取得一定成效。然而，当前实践仍面临诸多挑战，如服务碎片化、认知推广不足、专业支撑体系薄弱等。在此背景下，系统调研高校图书馆阅读疗愈服务现状，深入剖析其存在的问题，并提出相应的优化策略，可为提升阅读疗愈服务质量、促进大学生心理健康发展提供路径参考和策略支持。

2. 我国阅读疗愈服务研究现状

为系统梳理国内“阅读疗愈”研究现状，本研究以中国知网(CNKI)为数据源，以“阅读疗愈”为主题进行检索，初始时间不作限定，截止时间为2026年1月1日。经筛选，共获得有效学术论文455篇。通过对这些文献的分析发现，当前研究内容主要集中在以下几个方面：

1) 基础资源层面，聚焦“阅读疗愈”文献资源建设。如徐雁(2024)通过研制推荐书目为图书馆构建“疗愈系”馆藏提供专业指导；张思瑶和蒋小峰(2024)在厘清“书目疗法”与“阅读疗法”概念异同的基础上，探讨如何利用“情绪疗愈系书目”和系统性挖掘馆藏资源等方法建设“疗愈系”文献资源。此类研究奠定了服务的物质基础，但多侧重于传统纸质书目的静态推荐，对数字资源与动态资源更新的关注相对不足。

2) 空间载体层面，探索“阅读疗愈空间”的构建。如甘小红(2025)深入分析高校图书馆建设阅读疗愈空间的底层逻辑与作用机制，指出高校图书馆建设阅读疗愈空间的关键路径；张纪玥(2024)指出“阅读疗愈空间”建设的五个基本内涵。这部分研究将服务从资源延伸至环境，然而，对于空间如何与资源、活动进行深度互动融合的探讨尚显薄弱。

3) 服务实践层面, 调研总结各图书馆“阅读疗愈”活动。如李梦瑶和徐雁(2023)在案例调查的基础上解读分析华北理工大学、四川大学、浙江中医药大学图书馆“阅读疗愈”活动; 蒋敏等(2023)深入剖析了中国矿业大学图书馆将阅读疗法理念应用于阅读推广的具体实践模式。这些研究展现了从理论到实践的转化, 但多限于个案描述与经验总结, 缺乏普适性的服务模型与长效机制的构建。

4) 经验借鉴层面, 引入并反思英美等国高校图书馆的心理健康支持服务。姜晗和徐雁(2023)介绍密德萨斯大学、马歇尔大学等英美高校图书馆的服务经验, 为我国高校图书馆提供了树立系统观、加强跨部门合作等有益启示; 张雅琪和张佳音(2025)从资源和活动两方面调研国外公共图书馆心理健康服务实践情况, 提出我国图书馆应创建多类资源、联合多方力量的建议。这为我国研究提供了重要参考, 但其本土化适配性与有效性仍需进一步检验。

综上所述, 现有研究从资源、空间、实践与经验借鉴等多个维度为“阅读疗愈”服务奠定了坚实基础。然而, 这些研究多集中于单一环节的静态分析, 缺乏系统性的整合视角。因此, 本文拟系统梳理高校图书馆“阅读疗愈”服务特点与现状, 深入分析其存在问题, 提出全链条的优化策略, 以期推动该服务可持续的高质量发展。

3. 高校图书馆阅读疗愈现状

西汉目录学家刘向曾提出“书犹药也, 善读之可以医愚”的观点, 强调阅读对心智的滋养作用。这一思想历经千年传承, 在当代发展为“阅读疗愈”理论, 即通过有指导的阅读活动实现心理调适与人格成长。21世纪以来, 大学生心理健康问题日益受到社会关注。在此背景下, 高校图书馆依托其资源、空间和服务优势, 逐步将阅读疗愈纳入服务范畴, 成为高校心理健康教育体系的重要补充。

3.1. 资源方面

为满足大学生多元化的阅读疗愈需求, 高校图书馆积极探索馆藏资源建设的新路径。在实践层面, 呈现出三种典型模式: 一是以学科规范为基础的标准建设模式, 如四川大学图书馆依据中国图书馆学会阅读推广委员会发布的《针对大学生的阅读疗法的常用书目》系统构建基础藏书体系, 体现了对阅读疗法专业标准的遵循; 二是以校本特色为依托的融合建设模式, 如浙江中医药大学图书馆围绕中医药文化, 开发“中医情志书系”、“甘草蜜炙书系”等六大主题资源, 实现了专业资源与疗愈服务的有机整合; 三是以系统服务为导向的整合建设模式, 如聊城大学图书馆整合心理学、教育学等多学科文献, 建立分级分类的“阅读疗愈书库”, 推动资源建设从单一收藏向服务化、体系化转型。

3.2. 空间方面

“疗愈环境”是指一处可以诱发身体自体疗愈, 且具有正向转化能力, 以提升使用者身心完全健康的空间环境(吴灿中, 2013)。在高校心理健康服务需求日益增长的背景下, 图书馆作为校园重要公共文化空间, 其功能正从传统文献服务向学习支持与人文关怀融合方向拓展。构建具有疗愈属性的图书馆空间, 既是回应学生心理健康需求的现实举措, 也是图书馆在空间功能转型背景下服务创新的重要探索。当前, 我国高校图书馆已开展一系列疗愈空间建设实践(见表1), 以山东大学图书馆为例, 该校在不同校区分别建设减压角、休闲疗愈空间和“润心”书房等特色空间, 体现了多校区差异化布局的实践路径。

3.3. 活动方面

基于调研分析, 当前高校图书馆阅读疗愈活动可归纳为基础型、体验型和技术应用型三种主要类型, 反映了从传统阅读推广向多元化服务模式的转型趋势。

1) 基础型活动是以文献资源为核心的疗愈服务模式, 主要依托图书馆馆藏文献体系, 通过资源推介、

Table 1. Construction of some reading therapy spaces in university libraries in China
表 1. 我国高校图书馆部分阅读疗愈空间建设情况

序号	名称	主办单位	建立时间
1	阅读治疗阅览室	泰山医学院图书馆	2001
2	阅读咨询室	华北理工大学图书馆	2010
3	健心房	浙大城市学院图书馆	2013
4	沐心小屋	四川大学图书馆	2014
5	“解忧”图书馆	北京师范大学图书馆	2017
6	阅读疗法活动基地	天津大学仁爱学院图书馆	2018
7	阅心幸福家园	烟台大学图书馆	2019
8	聊聊吧	上海立信会计金融学院图书馆	2022
9	书香心理文化中心	聊城大学图书馆	2022
10	远志心斋	浙江中医药大学图书馆	2023
11	室内运动解压区	南昌工学院图书馆	2023
12	无忧书屋	南京中医药大学图书馆	2023
13	悦·心工坊	北京联合大学图书馆	2024
14	悦读怡神之轩	天津理工大学图书馆	2024
15	疗愈书房	浙江传媒学院图书馆	2024

主题书展、阅读分享等形式，为读者提供心理调适的文献服务。代表性实践包括：中山大学图书馆通过微信公众号专栏系统推介疗愈文献资源；中国农业大学图书馆举办“一书一世界”主题阅读疗愈书展；南宁师范大学图书馆联合心理健康中心开展多校区阅读分享活动，帮助读者实现情感宣泄和认知重构。这类活动以文本阅读为主要媒介，具有较强的可操作性和资源依赖性。

2) 体验型活动是基于具身认知的多感官体验模式，该类型超越传统阅读边界，强调身体参与对心理调节的作用，通过劳动、艺术、运动等多元形式，实现从静态阅读向多感官体验的拓展。如四川大学图书馆开展植物养护疗愈活动，让读者在劳动过程中体验生命成长；同济大学德文图书馆举办午间音乐会，融合音乐与阅读；华东师范大学图书馆配备静音脚踏车，提供“阅读 + 运动”的复合体验。这种模式更符合当代大学生的参与式需求，但对空间设施和活动组织要求较高。

3) 技术赋能型服务模式以数字技术为核心，通过 VR 虚拟现实技术和智能应用系统等，构建沉浸式、个性化的阅读疗愈服务体验。如天津大学图书馆引入全景沉浸阅读、VR/AR 交互体验等数字化手段，开展“图壤·阅读元宇宙”快闪展活动，为读者拓展科技疗愈服务的全新体验；山东科技大学图书馆采用学校自主研发的人工智能心理服务程序“心小料”，集信息检索、智能问答、情感支持、心理游戏等功能于一体，为读者提供心理健康支持服务。目前，此类技术融合案例较少，仅有个别馆开展相关实践服务。

4. 高校图书馆阅读疗愈存在的问题

4.1. 服务机制碎片化

高校图书馆阅读疗愈服务近年来逐渐受到重视，但其实践多为短期、试验性、一次性的活动形式(王波, 2010)，具体表现为：其一，服务供给呈现“活动化”倾向。目前多数高校图书馆未将阅读疗愈服务纳入常规服务体系，更多依附“4·23 世界读书日”、“5·25 心理健康日”等特定时间节点开展活动，导

致资源投入不稳定,缺乏贯穿全年的服务机制。其二,服务过程缺乏深度疗愈机制。阅读疗愈的核心在于通过“认同-领悟-净化”的心理学路径实现情绪疏导,但现有服务多停留在书目推送等单向度传播层面,未能通过专业的阅读引导、反馈收集与效果评估形成闭环。其三,部门联动机制松散。图书馆与心理健康中心、院系间的合作多依赖临时项目,缺乏制度化的分工与资源整合机制,服务效能难以充分发挥。

4.2. 服务认知与推广不足

目前,阅读疗愈多作为图书馆延伸服务而存在,处于副业地位(王景文, 2021),亟需加强宣传推广。其一,尚未形成明确的阅读疗法服务意识,据调研,42家“双一流”高校图书馆仅有11家开展阅读疗法服务,且只有北京大学、武汉大学和四川大学图书馆在相关服务中明确完整地提及“阅读疗法”这一专业术语(叶建金, 2024),多数图书馆对该服务的专业认知和重视程度不足。其二,读者认知存在偏差。高校图书馆阅读疗愈的核心定位偏向预防性心理干预与发展性心理支持,而部分读者易将其与临床心理治疗混淆,误将阅读疗愈等同于“疾病治疗”,影响了服务的接受度和参与度。其三,宣传推广渠道单一。开展此项服务的高校图书馆多依赖官方网站、微信公众号等传统渠道进行宣传,缺少与相关组织服务机构的协同,更较少在抖音、B站、小红书等当代大学生喜爱的社交媒体平台进行推广,服务传播范围受限,难以实现广泛触达和深入了解。

4.3. 阅读疗愈空间不足

目前,国内高校图书馆多结合自身情况、采用空间改造的方式建设具有阅读疗愈空间,为读者提供相关服务。然而,调研发现:其一,系统性规划缺失。多数高校图书馆缺乏明确的指导理念和顶层设计,导致空间定位、命名体系和服务功能缺乏统一标准,既有专门服务于阅读疗愈的独立空间,也有将阅读疗愈功能融入其中的综合性空间,还有仅在公共区域陈设阅读疗愈设施的零散布局。其二,环境设计精细化不足。多数空间仅配备图书、沙发、绿植等基础设施,未从空间划分、色调风格、采光通风、装修陈设等维度进行系统化设计。其三,虚拟空间建设滞后。虽然高校图书馆智能服务终端的普及率已显著提升,但其功能定位仍高度集中于传统的信息咨询与导引服务,呈现出鲜明的“工具理性”特征,专门针对情感抚慰与心理疗愈功能的虚拟载体相对匮乏,难以满足读者全天候、隐蔽性的需求。

4.4. 阅读疗愈人才短缺

高素质的人才队伍是高校图书馆阅读疗愈服务实现专业化、可持续发展的核心支撑与根本保障。调研发现当前多数高校馆在阅读疗愈人才队伍建设方面存在短板,制约了服务的深度、广度与可持续性。其一,专职岗位缺失。多数高校图书馆尚未设立专门的“阅读疗愈馆员”或类似职能岗位,相关服务工作多由馆员兼任,导致职责边界模糊,缺乏专项考核与激励,影响馆员的服务投入度和稳定性。其二,学科背景单一。阅读疗愈涉及医学、心理学、教育学、图书馆学等多个领域,具有鲜明的跨学科特性,但目前高校图书馆普遍缺乏具备医学或心理学等专业背景的馆员,专业团队建设滞后,难以满足服务的专业要求。其三,系统培训缺位。现有从事阅读疗愈服务的馆员多处于“实践中摸索”的状态,缺乏系统化、制度化、协同化的专业培训机制,制约了馆员专业服务能力的有效提升,也影响了服务质量的标准化与专业性。

5. 高校图书馆阅读疗愈优化策略

5.1. 构建常态化服务机制

5.1.1. 增强阅读疗愈服务意识

在“健康中国”战略持续深化的背景下,高校图书馆作为高等教育体系的重要组成部分,其职能已

从传统的知识服务向健康信息服务拓展，成为践行国家健康政策的有力行动者。为切实履行这一使命，高校图书馆需首先从理念层面强化对阅读疗愈服务的认知，将促进学生身心健康纳入核心服务范畴。具体而言，高校图书馆应系统梳理《“健康中国 2030”规划纲要》《普通高等学校健康教育指导纲要》以及《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025 年)》等政策文件的核心要求，深刻理解国家推动全民健康的战略意图，明确大学生群体在心理健康促进方面的特殊性与紧迫性，并结合自身资源与定位，将阅读疗愈服务纳入日常业务规划，设计并实施一系列契合学生需求、形式多元的支撑性活动，实现从被动响应到主动服务的转型。

5.1.2. 构建协同疗愈机制

高校图书馆开展阅读疗愈服务，应避免单打独斗，需与学生工作处、心理健康教育中心、学院及相关部门加强合作，持续推进疗愈服务，提高疗愈服务效果。首先，完善顶层设计与制度保障。高校图书馆应主动协同学校管理层，推动制定专项政策或工作条例，明确各方在服务中的权责关系、资源投入比例、信息共享机制与绩效评估标准。其次，构建多层次的服务联动网络。在制度保障下，建立“学校主导、部门协同、小组执行”的三级联动机制。学校层面设立由分管校领导主持的阅读疗愈服务指导委员会，跨部门层面建立由图书馆牵头的定期联席会议制度，执行层面则鼓励成立跨部门的“阅读疗愈工作小组”，负责具体活动的联合策划与实施，例如与心理健康中心共建“阅读疗愈书目处方库”、与文学院合作开发“文学疗愈”工作坊等。最后，推动人员的双向嵌入与能力整合。通过实施“双向赋能”培训计划，使馆员系统学习心理学基础知识与初步访谈技巧、心理咨询师与辅导员则掌握阅读疗愈的基本理论与书目匹配技能，建立“馆员 - 心理咨询师 - 辅导员”协作共同体，最大程度提升服务的精准性与专业性。

5.2. 加强空间建设

5.2.1. 优化物理空间环境设计

1) 在静态物理空间设计层面，应从色彩心理学、空间布局、光线调节、声学环境、家具选择等维度进行系统化设计：如采用温暖、柔和的色调营造安定温馨的氛围；选用符合人体工学、兼顾舒适性与功能性的可调节家具；运用自然采光与可调人工照明，结合吸音材料与背景白噪音，优化光环境与声学舒适度；有机融入绿植、艺术画作、文化符号等元素，初步塑造具有抚慰感与文化认同的空间意象，增强空间的疗愈功能。

2) 打造动态响应型智能阅读场域。在静态空间的基础上，借助智能环境控制技术，打造能够响应读者情绪与活动需求的动态疗愈场域，如对空间进行功能分区，设置阅读区、放松区、互动区等不同功能模块。阅读区通过灯光、音效控制营造沉浸式阅读氛围；放松区引入瑜伽垫、按摩设备等，支持身体伸展、呼吸训练等具体活动；互动区设计融入身体体验的互动活动，引导读者在身体参与中实现情绪释放和认知重构，实现空间设计疗愈功能的最大化。如上海立信会计金融学院图书馆“聊聊吧”，不仅让读者通过传统的读书分享交流心得，还引入心理测试、OH 卡游戏、音乐疗法等互动形式，增强读者的情绪共情与共鸣。

5.2.2. 加强虚拟空间建设

在数字化转型与后疫情时代心理关怀需求日益凸显的背景下，高校图书馆传统阅读疗愈服务模式难以满足学生群体对即时性、个性化心理支持的需求，亟需通过虚拟空间建设实现服务模式的创新突破。首先，借助元宇宙相关技术，构建个性化的分级阅读疗愈服务体系(李永明, 董盼盼, 李杨, 2025)。依托用户画像与行为数据分析技术，建立心理需求识别机制，针对学业压力、就业焦虑等不同需求，推送定

制化主题书单；或通过虚拟助手、远程咨询系统提供持续的情感支持与社交引导，提升读者情绪表达意愿与社会融入能力。其次，搭建交互式疗愈场景。通过场景化、游戏化的互动设计，增强读者在阅读过程中的参与感与体验感，比如开发基于 VR/AR 设备的阅读疗愈互动游戏，使读者在虚拟情境中模拟应对压力、处理人际冲突，从而在“寓教于乐”中实现认知重构与情绪调节。未来，随着情感计算、脑机接口等技术的进一步发展，虚拟阅读疗愈空间有望成为高校心理健康服务体系中的重要组成部分，实现从“阅读育人”到“阅读疗心”的跨越。

5.3. 加强队伍建设

5.3.1. 完善人才引进与岗位设置

专业队伍是阅读疗愈服务可持续发展的重要支撑。首先应在图书馆岗位设置中明确设立“阅读疗愈馆员”或功能类似的专职岗位，并详细界定其岗位职责、任职资格与考核标准，为专业化服务提供组织保障。其次，优化人才引进机制，在招聘馆员时优先考虑具有心理学、教育学、医学等跨学科背景的复合型人才，或选拔内部具备心理学基础的馆员进行转岗培训，以充实服务队伍的专业力量。再次，建立兼职专家库，聘请校内外心理学专家、心理咨询师、文学教授等作为兼职顾问，参与服务设计、案例指导与专业培训等，为阅读疗愈服务的可持续性发展奠定必要前提。

5.3.2. 构建系统化培训体系

在培训体系建设层面，应建立分层分类培训机制：基础层面，面向全体馆员普及阅读疗愈基本知识；专业层面，面向专职馆员开展心理学基础、阅读疗法理论、咨询技巧等系统培训；进阶层面，面向骨干馆员提供案例督导、实践指导等机会。同时，需将阅读疗愈培训纳入馆员继续教育体系，建立常态化培训制度，通过高校间交流、专业机构培训、线上课程学习等方式，系统提升阅读疗愈理论素养与实践技能，为活动提供专业支撑。

5.3.3. 建立专业发展支持机制

为促进馆员专业成长，应建立学习共同体，成立阅读疗愈馆员学习小组，定期开展案例研讨、经验交流、读书分享等活动。同时，需建立实践指导机制，聘请心理学专家或资深馆员作为实践导师，对馆员进行一对一指导。此外，应建立科研支持机制，鼓励馆员开展阅读疗愈相关研究，实现从“服务实践者”到“实践研究者”的角色升华，为阅读疗愈领域的知识积累作出贡献。

5.4. 加强宣传推广

5.4.1. 明确服务定位

在服务定位与品牌建设层面，图书馆应着力推进以下三方面工作，以提升阅读疗愈的服务形象与认同感：第一，统一服务名称与视觉标识，强化品牌识别度。高校图书馆在各类宣传材料与服务场景中，应统一采用“阅读疗愈”或“阅读疗法”作为规范名称，并设计具有专业感与亲和力的服务标识、宣传口号及视觉系统，形成稳定的品牌形象输出，帮助读者形成清晰的品牌认知，增强服务的可辨识度与传播效果。第二，明确服务边界，突出预防与发展导向。高校图书馆应在宣传中明确界定阅读疗愈属于“预防性心理干预与发展性心理支持”范畴，而非替代临床心理治疗，并通过文案、图示、服务手册等形式，系统说明其与专业心理咨询、临床治疗在对象、目标与方法上的区别，从传播源头引导读者形成合理期待，避免产生误解或过度依赖。第三，塑造专业形象，提升公众认同感。借助典型案例、读者见证、服务成果报告等实证材料，展现阅读疗愈的实际效果与服务价值，塑造专业、温暖、可信的品牌形象。同时，通过科普文章、场景化示例、常见问题解答等形式，对服务内容、适用人群、参与方式进行通俗化解读，帮助读者准确理解服务内涵，降低参与障碍，提升服务使用意愿。

5.4.2. 拓展宣传渠道

为有效提升阅读疗愈服务的知晓度与利用率,高校图书馆应致力于拓展多元协同、精准触达的宣传推广渠道。首先,整合与优化图书馆自有平台,如官方网站、微信公众号、馆内宣传屏等,确保基础信息发布的规范性与稳定性。其次,强化与校内心理健康中心、学生工作处、各院系的有效协同,将阅读疗愈服务介绍嵌入心理健康教育课程、新生入学教育等环节,实现官方渠道的联动推广。再次,积极与心理类、读书类学生社团合作,支持其开展朋辈宣传活动,利用学生组织的亲和力扩大服务的校园影响力。

5.4.3. 创新宣传方式

在宣传内容与形式层面,高校图书馆应着力提升服务的可感知性与吸引力。首先,强化体验式参与机制。改变单向信息传递模式,通过举办阅读疗愈开放日、主题工作坊、沉浸式体验活动等形式,让读者亲身体验服务流程、感受服务氛围。这种“先体验后认知”的方式能够有效降低心理参与门槛,通过实际参与建立信任感,将抽象的服务概念转化为可感知的体验,提升读者的接受度与参与意愿。其次,构建口碑传播生态。建立服务满意度追踪与反馈机制,通过定期调查、读者评价、服务推荐等方式,收集真实反馈并优化服务。同时,可设计激励机制,鼓励已受益读者进行口碑传播,利用朋辈效应与社交网络扩大影响力,形成良性服务推广循环。

6. 结语

高校图书馆开展阅读疗愈,是其拓展服务边界、深化服务内涵的重要举措,也正逐渐成为高校心理健康服务体系中不可或缺的有机组成部分。当前,我国高校图书馆阅读疗愈服务实践已取得初步成效,但整体上仍面临专业支撑体系薄弱、服务模式创新不足、效果评估机制缺失等现实挑战。展望未来,推动阅读疗愈服务从“经验化”探索向“体系化”建设转型,需聚焦三大路径:一是以技术赋能与资源挖潜为基础,提升服务的精准性与科学性;二是以专业化团队建设为核心,强化服务的智力支撑与可持续发展能力;三是以跨部门协同育人为机制,构建特色化服务品牌与科学化评估框架,以期使阅读疗愈真正成为助力大学生心理健康成长的坚实阵地。

基金项目

中央高校基本科研业务费专项“图书馆阅读疗愈与大学生心理课程的融合机制和路径研究”(项目编号:202653006)成果之一;中央高校基本科研业务费专项“数智时代中国海洋大学图书馆文化品牌视觉表达设计研究”(项目编号:202553001)成果之一。

参考文献

- 甘小红(2025). 高校图书馆疗愈空间建设:逻辑、机制与关键路径. *大学图书情报学刊*, 43(5), 74-79.
- 黄红华, 杨晓平(2022). 英美大学图书馆学生健康服务研究. *国家图书馆学刊*, 31(1), 95-105.
- 姜晗, 徐雁(2023). 高校图书馆的学生心理健康支持服务研究——以英、美高校图书馆为例. *高校图书馆工作*, 43(6), 13-19.
- 蒋敏, 徐淑娟, 范韶维, 等(2023). 基于“阅读疗法”理论的高校图书馆阅读推广服务育人实践探析——以中国矿业大学的阅读推广服务育人实践为例. *新世纪图书馆*, (5), 10-15.
- 李梦瑶, 徐雁(2023). 多学科融合下的大学生“阅读疗愈”活动探析——以华北理工大学、四川大学、浙江中医药大学图书馆专题服务为例. *高校图书馆工作*, 43(6), 7-12.
- 李永明, 董盼盼, 李杨(2025). 元宇宙赋能下的图书馆知识服务:要素、场景与架构. *图书馆理论与实践*, (6), 90-101.
- 王波(2010). 阅读疗法理论和实践的新进展. *图书馆杂志*, 29(10), 25-32.
- 王波(2019). 阅读疗法的历史基因、民间土壤、理论新解和发展现状. *图书馆论坛*, 39(8), 108-123.

- 王景文(2021). 我国高校图书馆阅读疗法实践现状调查分析. *国家图书馆学报*, 30(5), 75-82.
- 吴灿中(2013). *生活设计与健康疗愈环境*. 心想事成出版社股份有限公司.
- 徐雁(2024). 图书馆“疗愈系”文献的集藏、展陈和推广. *河北科技图苑*, 37(5), 3-7+46.
- 叶建金(2024). 高校图书馆学生健康服务调查与分析——以“双一流”高校图书馆为例. *图书馆工作与研究*, (7), 94-103.
- 张纪玥(2024). “健康中国”背景下高校图书馆“阅读疗愈空间”建设实践探析. *图书馆研究*, 54(6), 8-15.
- 张思瑶, 蒋小峰(2024). “疗愈系”文献资源建设与读者服务——以图书馆“书目疗法”服务为中心. *图书馆杂志*, 43(4), 13-21.
- 张雅琪, 张佳音(2025). 国外公共图书馆心理健康服务的实践和启示. *图书馆*, (5), 80-89.
- 中共中央, 国务院(2025). *中共中央 国务院印发《教育强国建设规划纲要(2024-2035年)》*.
https://www.gov.cn/gongbao/2025/issue_11846/202502/content_7002799.html