

新时期图书馆员作为“阅读疗愈师”的可能性、资质与培养路径研究

刘楠*

(云南财经大学 图书馆, 云南 昆明 650221)

摘 要: 本文以“图书馆即药房, 书目即处方”这一核心隐喻为切入点, 系统探讨了在全民阅读与健康中国战略背景下, 公共图书馆及馆员拓展其社会情感支持功能的创新路径。研究首先辨析了“阅读疗愈”的概念内涵, 追溯其从个人自发行为到图书馆专业服务可能的理论演变, 并基于图书馆学、心理学、叙事医学的交叉视角, 论证将图书馆视为“社会情感药房”、将馆员的导读服务升维为“阅读处方”的合理性与时代必要性。核心研究聚焦于图书馆员扮演“阅读疗愈师”角色的可能性, 分析其内在优势(如资源枢纽、信任空间、人文传统)与外在需求(社会心理服务缺口)。进而, 研究通过文献分析与比较研究, 初步构建了“阅读疗愈师”应具备的资质框架, 涵盖专业知识、核心技能、个人特质及伦理边界四个维度, 并通过一个详细的“三级能力指标体系”表格予以具体呈现。最后, 本文提出了分层、协同、持续的培养路径, 包括图情专业教育课程嵌入、在职馆员系统化培训、跨学科合作共同体建立以及实践项目的循证评估与迭代。文章也客观分析了角色推广面临的挑战, 如专业界限模糊、馆员能力焦虑、成效评估困难等, 并提出了相应对策。本研究旨在为图书馆服务转型提供理论参照与实践蓝图, 推动图书馆从信息服务中心向促进公众心理健康与整体福祉的“社会疗愈空间”演进。

关键词: 图书馆员; 阅读疗愈师; 资质认证; 馆员培养; 公共图书馆服务创新

1 引言: 从知识宝库到心灵药房——图书馆功能的创新

在传统的认知图景中, 图书馆是存储与传递人类知识的“宝库”, 馆员则是这座宝库的“守门人”与“导航员”。然而, 随着社会节奏加快、心理压力普遍化, 公众对精神健康与情感支持的需求日益凸显。与此同时, 公共图书馆作为公益性的、非临床的、高可达性的社区“第三空间”, 其潜在的社会情感价值正被重新发现。在此背景下, “阅读疗愈”

(Bibliotherapy)——一种通过有指导的阅读来促进情绪宣泄、认知重构和心理成长的辅助性方法——为图书馆服务创新提供了新的灵感。本文认为“图书馆即药房, 书目即处方”这一生动的隐喻, 不仅概括了这种服务形式的精髓, 更预示着图书馆员角色一次深刻的范式转变: 从信息中介转向心灵伙伴, 从资源提供者转向疗愈过程的引导者。本研究旨在对这一转变的可能性、所需的专业资质以及可行的培养路径进行系统性探索。它不是将图书馆员训练为心理治疗师, 而是探讨如何在其现有职业伦理与能力基础上, 通过科学、审慎的方法, 将阅读的疗愈力量更有效、更负责任地传递给有需要的读者, 从而拓展图书馆在现代社会中的公共价值。

2 理论基础: 隐喻背后的学理支撑

本文认为“图书馆即药房, 书目即处方”, “药房”与“处方”的隐喻并非文学修饰, 而是有着坚实的跨学科理论基础。图书馆学基础: 从“读者服务”到“全人关怀”现代图书

作者简介: 刘楠 (1973-), 女, 博士, 研究方向为图书馆阅读疗法。

通讯作者: 刘楠

馆学的使命已从“管理图书”演进为“服务人群”。IFLA（国际图联）强调图书馆在促进社会包容、平等和福祉方面的作用。图书馆作为“所有人的大学”和“社区客厅”，天然具备提供非评判性、低门槛支持的环境优势。将疗愈性阅读纳入服务体系，是对“以读者为中心”理念的深化，是对读者作为完整“人”（而不仅是“学习者”或“研究者”）的情感与心理需求的回应。心理学与叙事医学基础：阅读如何产生疗愈效应？“阅读疗愈”的有效性基于多重心理机制，认同与投射：读者在作品中看到与自己相似的情境或人物，产生“不是我一个人”的共鸣，减轻孤独感。宣泄与净化：通过角色的经历，安全地释放被压抑的情感。洞察与领悟：从旁观者视角审视故事中的问题，获得对自己处境的新理解。模仿与学习：观察书中人物如何应对困境，习得解决问题的策略与韧性。叙事医学则进一步强调，疾病叙事（包括文学作品中的和患者自述的）能帮助个体整合破碎的疾病经验，重塑生命意义。馆员引导下的阅读，可以看作一种温和的“叙事干预”。“药房”隐喻的合理性：资源类比：图书馆丰富的馆藏如同药房的“药材库”，包含小说、诗歌、传记、自助类书籍等各类“药剂”。专业中介：正如药剂师根据医生处方配药并提供用药指导，馆员（作为“阅读疗愈师”）需要根据读者的“情绪症候”（非临床诊断），从海量资源中“配伍”出合适的阅读材料（书目处方），并提供阅读方法、讨论引导等“服用指导”。安全边界：药房不取代医院，提供的是非处方药或按方配药；同样，图书馆的阅读疗愈是发展性、预防性和辅助性的，而非治疗性，它服务于普遍的生活压力、成长困惑、轻度情绪困扰，并明确知晓其界限，对需要专业心理干预的读者进行及时转介。

3 可能性分析：将图书馆员培育为“阅读疗愈师”

将图书馆员培育为“阅读疗愈师”的设想，兼具内在优势与外在机遇。内在优势为，资源中枢地位：馆员最了解馆藏，能够进行跨类别、跨主题的资源发现与组织，这是开具精准“阅读处方”的前提；已有的读者关系与信任：馆员在日常服务中与读者建立的信任关系，是开展深度阅读对话的宝贵基础。图书馆作为非临床环境，能减少寻求帮助的“病耻感”；人文传统与中立立场：图书馆职业核心价值包含人文关怀、隐私保护、平等服务。馆员的中立、非评判立场，有利于营造安全的倾诉与反思氛围。外在机遇与需求：社会心理服务供需失衡：专业心理咨询资源昂贵且稀缺，图书馆可作为社区心理健康支持网络的重要一环，提供普惠、前置的干预；健康观念的演变：世界卫生组织对“健康”的定义包含身心社灵多个维度。促进心理健康成为公共机构的职责之一；图书馆的转型需求：在数字时代，图书馆需要强化其不可替代的实体空间价值和深度人际服务价值。阅读疗愈服务能有效体现其人文关怀深度，增强社区凝聚力与用户粘性。

4 资质构建：“阅读疗愈师”的核心能力框架

并非所有馆员都需或都能成为“阅读疗愈师”，这是一个需要专门资质的高级服务岗位。其能力框架应是一个复合体，如下图所示：

一级维度	二级指标	三级具体能力/知识要点
A. 专业知识	A1 图书馆学知识	A1.1 高级读者咨询与参考访谈技巧 A1.2 深度文献资源知识（尤其文学、心理学、自助类） A1.3 阅读推广理论与活动设计
	A2 阅读疗愈理论基础	A2.1 阅读疗愈发展史、主要流派与模型 A2.2 阅读疗愈的心理学机制（认同、宣泄、洞察等） A2.3 不同体裁（小说、诗歌、非虚构等）的疗愈特性
	A3 基础心理学知识	A3.1 发展心理学与人生阶段关键议题 A3.2 普通心理学（情绪、认知、人格基础） A3.3 常见心理困扰的识别（如焦虑、抑郁症状学常识） A3.4 危机识别与转介资源网络
B. 核心技能	B1 评估与“问诊”技能	B1.1 建立信任的沟通技巧（积极倾听、共情表达） B1.2 非侵入性需求评估：通过对话了解读者情感状态与阅读目标，而非进行心理诊断。 B1.3 阅读史与偏好的评估
	B2 “处方”设计与配伍技能	B2.1 根据“症候”匹配书籍的能力（一书多效，多书协同） B2.2 设计阅读序列或主题书单的能力 B2.3 考虑读者的阅读能力与文化背景
	B3 引导与“随访”技能	B3.1 设计并引导阅读反思讨论（个人或小组） B3.2 写作疗愈的简单引导（如阅读日志、创意写作） B3.3 跟进阅读效果，灵活调整“处方”
C. 个人特质与伦理	C1 个人特质	C1.1 高度的共情力与情绪稳定性 C1.2 自我觉察与反思能力 C1.3 对文学与人性的深刻兴趣
	C2 职业伦理	C2.1 严守边界：明确区分阅读支持与心理治疗，不越界诊断、治疗。 C2.2 知情同意：向读者说明服务性质、局限与保密原则。 C2.3 保密与隐私保护 C2.4 文化敏感性与无偏见服务 C2.5 持续专业发展与督导意识

表：“阅读疗愈师”核心能力三级指标体系

5 培养路径：从理念到实践的系统工程

构建“阅读疗愈师”队伍需要一个分阶段、多层次的培养体系。如职前教育：图情专业课程融合与革新。在图书馆学与信息科学硕士（MLIS）课程中，增设“阅读疗愈导论”、“读者心理学”、“叙事医学与图书馆服务”等选修模块。教学方法上，采用案例研讨、文学文本分析、角色扮演模拟“咨询-处方”过程。与心理学、社会工作学院合作，开设跨学科辅修或联合工作坊。在职培训：分层递进的持续专业发展。普及层：面向全体馆员，开展讲座普及阅读疗愈理念与基础伦理，使其能识别相关需求并进行基本引导或转介。专精层：选拔有兴趣、有潜力的馆员，进行为期数月的系统证书课程培训，内容覆盖表1中所有核心能力，并包含大量实践练习与案例督导。高级层：培养核心导师或协调员，他们能设计本馆

的阅读疗愈项目、培训同事、并开展相关实践研究。实践模式：从试点到制度化。服务形态：可先从低风险的“疗愈主题书展”、“共读沙龙”开始，逐步发展为一对一“阅读咨询”、结构化“阅读疗愈小组”（针对特定主题如 grief recovery, parenting stress 等）。合作机制：与本地心理咨询师、社工、医护人员建立转介与合作网络。邀请心理专业人士作为项目顾问或督导，确保服务专业性。资源建设：开发本馆的“疗愈性阅读资源数据库”或特色馆藏，并对资源进行疗愈主题的深度标引。评估与研究：循证实践与质量提升。设计多元评估方法：包括服务满意度调查、参与者深度访谈、阅读日志分析、标准化心理量表（如用于测量压力水平、情绪状态的量表，需谨慎使用并征得同意）的前后测对比。鼓励馆员-学者合作，开展行动研究，将实践经验转化为学术成果，反哺理论发展，形成“实践-研究-提升”的良性循环。

6 挑战、对策与未来展望

主要挑战为角色混淆与伦理风险。最大的风险是馆员被误认为或被期待成为心理治疗师。对策在于严格的伦理培训、清晰的服务协议，以及不断强化“辅助性、发展性、非治疗性”的定位。馆员的新角色可能带来新的压力与负担，图书馆可采取自愿参与、提供充足培训与督导支持，并将该服务视为团队协作而非个人全能。情感与认知的改变是潜移默化的，这就造成成效难以量化。对此我们可以在于采纳质性为主、量化为辅的混合评估方法，重视参与者故事与体验的收集。此外，培养部分图书馆员成为“阅读疗愈师”，需要图书馆管理层的战略认同，在时间、预算、考核上给予支持。

“图书馆即药房，书目即处方”不仅是一个诗意的比喻，更是一个可行的服务创新框架。它将阅读这一古老行为，与当代人的心理健康需求科学地联结起来，为图书馆员开辟了充满人文价值的专业新边疆。实现这一愿景，需要严谨的资质构建、系统的培养路径和审慎的实践探索。尽管面临挑战，但通过跨界学习、伦理坚守和循证实践，图书馆员完全有可能在“阅读疗愈师”这一角色上，实现专业能力的升华，让图书馆这座知识宝库，同时成为滋养社区心灵、传递希望与力量的“情感药房”。这既是图书馆事业对人本价值的回归，也是其在信息时代续写自身重要性的关键篇章。

“阅读疗愈师”角色的发展，预示着图书馆向“福祉枢纽”（Wellbeing Hub）的转型。未来，图书馆可能不仅仅是借书的地方，更是社区成员寻求情感资源、进行意义对话、获得心灵慰藉的重要场所。通过培养一批兼具图书馆学智慧和人文关怀技能的“阅读疗愈师”，图书馆能够更主动地履行其社会使命，在建设健康、韧性与包容的社会中发挥不可替代的独特作用。

参考文献：

- [1] 西电图书馆 AI 馆员上线开启智慧阅读新体验[EB/OL]. 西安电子科技大学新闻网, 2025.
- [2] 李梦瑶, 徐雁. 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[J]. 高校图书馆工作, 2023, 43 (06) : 7-12
- [3] 王景文, 高廊朗, 符晓丽, 等. 个体阅读治疗发展脉络、问题分布与书目应用特征——基于华北理工大学图书馆阅读治疗个案解析[J]. 图书馆工作与研究, 2024(7) : 13 - 22.
- [4] 苏丽亭, 王景文, 高玉洁. 阅读疗法在大学生中应用效果的循证评估: 疗效特征、影响因素与实践启示[J]. 华北理工大学学报, 2025, 25(05) : 111-119
- [5] 曲凯歌. 新型人才培养模式下的高校图书馆管理创新探究[J]. 人才资源开发, 2018, (12): 33-34.
- [6] 刘怡君. 高校信息资源服务在创新型人才培养中的优势与策略研究[J]. 创新科技, 2016, (5): 59-61.
- [7] 张连分. 大学图书馆开展数据管理服务的实践和成效评析[J]. 图书馆建设, 2018, (10): 45-51.

Research on the Possibility, Qualifications and Training Path of Librarians as "Reading Healers" in the New Era

Liu Nan*

(Library of Yunnan University of Finance and Economics, Kunming, Yunnan 650221, China)

Abstract: This article takes the core metaphor of "library is pharmacy, bibliography is prescription" as the entry point and systematically explores the innovative paths for public libraries and librarians to expand their social and emotional support functions under the background of the national reading and Healthy China strategy. The research first analyzed the conceptual connotation of "reading healing", traced its possible theoretical evolution from individual spontaneous behavior to library professional services, and based on the cross-perspective of library science, psychology, and narrative medicine, demonstrated the rationality and contemporary necessity of regarding libraries as "social and emotional pharmacies" and elevating librarians' reading guidance services to "reading prescriptions". The core research focuses on the possibility of librarians playing the role of "reading healers", analyzing their intrinsic advantages (such as resource hubs, trust Spaces, and humanistic traditions) and extrinsic needs (gaps in social psychological services). Furthermore, through literature analysis and comparative studies, the research initially constructed the qualification framework that a "reading healer" should possess, covering four dimensions: professional knowledge, core skills, personal traits, and ethical boundaries, and presented it specifically through a detailed "three-level ability index system" table. Finally, this paper proposes a hierarchical, collaborative and continuous training path, including the embedding of professional education courses in library and information science, systematic training for in-service librarians, the establishment of interdisciplinary cooperative communities, and evidence-based evaluation and iteration of practical projects. The article also objectively analyzes the challenges faced by role promotion, such as blurred professional boundaries, librarians' ability anxiety, and difficulties in effectiveness evaluation, and puts forward corresponding countermeasures. This study aims to provide theoretical references and practical blueprints for the transformation of library services, promoting the evolution of libraries from information service centers to "social healing Spaces" that enhance public mental health and overall well-being.

Keywords: Librarian; Reading healer; Qualification certification; Librarian training; Innovation in public library services