

自助到超越：AI 支持的图书馆阅读疗法对贫困生自卑心理的干预机制研究

刘楠*

(云南财经大学 图书馆, 云南 昆明 650221)

摘要: 在高等教育大众化背景下, 贫困大学生因经济压力、社会比较与资源局限等多重因素, 普遍存在不同程度的自卑心理, 严重影响其学业发展与人格健全。传统心理健康干预模式面临覆盖范围有限、隐私顾虑明显以及个性化不足等挑战。本论文探索将人工智能技术与图书馆阅读疗法相结合, 构建针对贫困生自卑心理的新型干预机制。研究首先剖析贫困生自卑心理的特殊表现及成因, 进而系统阐述 AI 技术如何赋能阅读疗法实现精准识别、个性化匹配与动态评估; 在此基础上, 设计包含智能识别与评估、个性化资源匹配、沉浸式疗愈场景、效果评估与反馈四大环节的系统化干预模型, 并通过案例说明其实践路径; 最后, 针对技术依赖、数字鸿沟、隐私保护等潜在挑战提出对策建议。研究表明, AI 支持的图书馆阅读疗法能够为贫困生提供低成本、易获取、高隐私保护的心理健康干预服务, 助力其实现从“自助”到“超越”的心理成长, 为高校心理健康教育创新提供新范式。

关键词: 人工智能; 阅读疗法; 贫困大学生; 自卑心理; 干预机制; 智慧图书馆

1 引言

伴随着我国高等教育的普及化进程, 家庭经济困难学生(以下简称“贫困生”)群体规模持续扩大。与普通学生相比, 贫困生不仅在物质条件上面临挑战, 更在心理层面承受着独特压力。由于经济资本、社会资本与文化资本的相对匮乏, 贫困生容易在与同龄人的比较中产生强烈的自卑感, 表现为自我评价偏低、社交回避、成就动机不足等心理状态, 这些心理问题若得不到及时干预, 将严重影响其学业表现、人际适应与长远发展。然而, 传统的高校心理干预体系在服务这一特殊群体时面临显著困境: 一方面, 贫困生出于对污名化的担忧往往不愿主动寻求心理咨询服务; 另一方面, 高校心理咨询资源有限, 难以提供持续、个性化的深度支持。与此同时, 人工智能技术的迅猛发展与图书馆服务模式的创新转型, 为破解这一困境提供了新思路。阅读疗法(Bibliotherapy)作为一种通过指导性阅读促进心理疗愈的传统方法, 具有非侵入性、自主性强、成本低廉等优势, 尤其适合对隐私敏感的贫困生群体。而 AI 技术的赋能, 使得阅读疗法能够突破传统模式的局限, 实现精准化识别、个性化推荐与智能化评估。近年来, 国内已涌现出北京联合大学“Deepseek 智能疗愈计划”、西安培华学院“心理健康智能服务资源系统”、湖南师范大学“麓山心语 AI+心理育人模式”等创新实践, 初步验证了技术赋能的可行性。基于此, 本研究聚焦“AI 支持的图书馆阅读疗法对贫困生自卑心理的干预机制”这一主题, 旨在探讨: AI 技术如何增强阅读疗法对贫困生自卑心理的识别与干预效能? 如何构建系统化的干预机制? 在实施过程中面临哪些挑战与对策? 通过对这些问题的深入剖析, 本研究试图为高校利用智慧图书馆资源开展精准心理服务提供理论参考与实践路径, 助力贫困生实现从心理“自助”到人格“超越”的成长转变。

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

2 贫困生自卑心理的表现与成因分析

2.1 贫困生自卑心理的多维表现

贫困生的自卑心理并非单一维度的情绪体验,而是在认知、情感、行为等多个层面形成的复杂心理结构。在认知层面,贫困生往往存在扭曲的自我图式,倾向于低估自身能力与价值,将暂时的经济困难内化为个人能力的缺陷,形成“我天生不如别人”的固着信念。在情感层面,他们常体验到焦虑、羞耻、无助等复合情绪,特别是在涉及消费、社交比较的场景中,情绪反应更为敏感强烈。在行为层面,自卑心理外化为社交回避(如减少集体活动参与)、成就回避(如畏惧挑战性任务)以及过度补偿(如通过极端节俭维护自尊)等适应不良行为模式。值得注意的是,贫困生的自卑心理具有隐蔽性与矛盾性。许多贫困生在外显行为上表现出高度的自立与坚强,但其内在心理却承受着巨大张力,这种“外强内弱”的心理状态使得问题更难被外界察觉与干预。湖南师范大学通过 AI 系统分析学生的消费记录、学业成绩等多源数据,发现部分贫困生虽在学业上表现优异,但其社交数据与文本情绪分析却揭示出深层的孤独与自我价值怀疑。

2.2 自卑心理形成的结构性根源

贫困生自卑心理的产生根植于宏观社会结构与微观个体经验的交互作用。经济资本的匮乏是最直接的诱因,消费能力的差异在物质主义盛行的校园文化中被放大,导致贫困生在同辈比较中处于不利地位。社会资本的限制则体现在社交网络的狭窄与向上流动机会的缺失,许多贫困生由于无法承担社交成本而逐渐被边缘化。文化资本的落差同样不容忽视,家庭背景导致的视野、素养与表达能力差异,使贫困生在课堂讨论、社团活动等场域中容易产生“文化不适应”的挫败感。此外,心理资源的稀缺进一步加剧了贫困生的心理脆弱性。与同龄人相比,他们往往缺乏压力应对的有效策略与情绪调节的社会支持,形成“压力-资源失衡”的恶性循环。传统心理干预体系在应对这些结构性困境时显得力不从心:一方面,心理咨询的标签效应使贫困生望而却步;另一方面,团体辅导等普惠性服务难以触及个体深层的特殊性需求。

2.3 传统干预模式的局限性

当前高校针对贫困生心理问题的干预主要依赖于心理咨询中心、辅导员工作与专项资助相结合的模式,这些传统模式在实际运作中暴露出三方面局限:覆盖范围有限,专业心理咨询师生比悬殊,难以满足大规模需求;服务可及性不足,贫困生因时间成本、隐私顾虑等因素主动求助率低;干预个性化欠缺,标准化方案难以回应不同贫困生自卑心理的成因差异与表现多样性。

3 AI 支持的图书馆阅读疗法的理论基础

3.1 阅读疗法的心理机制及其对贫困生的适用性

阅读疗法本质上是通过文本互动实现心理疗愈的过程,其有效性建立在认同、净化、领悟三大心理机制之上。读者首先在文学作品中发现与自身经历相似的角色与情境(认同),进而借助角色的命运转折释放被压抑的情感(净化),最终通过理解作品主题实现认知重构与行为启示(领悟)。对于贫困生而言,阅读疗法具有独特优势:第一,非侵入性与自主控制感,读者可以自主选择阅读时间、节奏与深度,避免面对面咨询可能带来的压迫感;第二,匿名性与隐私保护,阅读是高度私人化的活动,不会暴露求助者身份;第三,低成本与易获取,图书馆资源具有公共产品属性,贫困生无需额外经济负担即可获得服务。聊城大学的实践表明,当贫困生阅读《平凡的世界》等展现逆境奋斗的文学作品时,更容易与主人公产生

深度共鸣，这种“文学镜像”效应能够有效缓解其孤独感与异常感。而北京联合大学则通过《弗洛伊德与为什么鸭》等心灵成长绘本，以轻量化的方式引导学生认知情绪、接纳自我。

3.2 AI 技术在心理干预中的赋能维度

人工智能技术正在重塑心理健康的服务范式，其在阅读疗法中的赋能主要体现在三个维度：
精准识别与动态评估：通过自然语言处理（NLP）与情感计算技术，AI 系统能够分析贫困生在阅读过程中的交互数据（如标注内容、阅读时长、笔记情绪倾向），结合其借阅历史、数字足迹等多源信息，构建动态的“心理数字画像”。湖南师范大学的实践表明，这种画像能够捕捉到传统量表难以发现的细微心理变化，如通过分析贫困生在图书馆数据库的检索关键词变化（从“就业压力”到“自我价值”），可预测其心理状态的转变趋势。
个性化资源匹配与推荐：基于协同过滤、知识图谱与深度学习算法，AI 系统能够建立“心理状态-文本特征-干预效果”的关联模型，实现阅读资源的精准匹配。例如，对于因经济自卑而回避社交的贫困生，系统可能推荐《被讨厌的勇气》等聚焦人际关系认知重构的书籍；对于因学业挫败而自我怀疑的学生，则可能推送《终身成长》等阐述成长型思维的著作。
沉浸式体验创设与交互增强：虚拟现实（VR）、增强现实（AR）与生成式 AI 技术的融合，使得阅读从静态的文字消费转变为多感官的沉浸体验。巴中南江图书馆的“AI 心灵驿站”通过 VR 场景再现文学作品中的关键情境，帮助贫困生在安全受控的环境中面对恐惧、练习应对。而生成式 AI 则能够基于用户阅读进度，动态生成延伸讨论、反思提问等互动内容，深化疗愈效果。

3.3 技术赋能下阅读疗法的创新机理

AI 技术不仅优化了阅读疗法的实施流程，更在深层次上重构了其作用机理。传统阅读疗法依赖读者自身的感悟能力与迁移能力，干预效果存在较大个体差异。而 AI 的介入创造了“智能中介”机制：系统在读者与文本之间搭建起动态适配的认知支架，通过适时提示、重点强化、视角转换等策略，引导读者跨越理解障碍，抵达疗愈的关键节点。同时，数据驱动的迭代优化机制使得疗法能够持续改进：系统收集大量干预案例的效果数据，通过机器学习不断优化推荐算法与交互策略，形成“实践-数据-优化”的良性循环。

比较维度	传统阅读疗法	AI 支持阅读疗法
识别精准度	依赖读者自述与咨询师观察，主观性强	基于多模态数据的情感计算，客观动态
资源匹配度	普适性书单为主，个性化程度低	深度学习推荐算法，精准适配个体心理状态
干预交互性	单向阅读为主，互动有限	人机智能对话、VR 沉浸体验等多维互动
效果评估	主观报告为主，难以量化	多维度指标追踪，数据可视化呈现
隐私保护	可能存在借阅记录暴露风险	匿名化处理、本地计算、加密传输
可扩展性	受限于馆藏资源与馆员精力	数字资源无限扩展，AI 7×24 小时服务

表：传统阅读疗法与 AI 支持阅读疗法在贫困生自卑心理干预中的比较

4 AI 支持的图书馆阅读疗法干预机制构建

4.1 智能识别与动态评估机制

干预机制的起点是对贫困生自卑心理状态的精准把握。系统通过多源数据融合采集，整合图书馆借阅记录、电子资源使用日志、匿名情绪问卷（如南江县图书馆的“三分钟情绪问卷”）、以及经授权的学业与消费数据（在严格隐私保护前提下），形成全景式数据基础。在此基础上，自适应神经网络模型对多模态数据进行特征提取与情绪标注，识别自卑心理的特定表征模式，如“经济敏感型自卑”（对价格、消费话题过度反应）、“能力否定型自卑”（对挑战性任务习惯性回避）等亚型。值得注意的是，有效的识别必须兼顾灵敏度与特异性。系统通过动态阈值调整机制，在不同时间节点采用差异化的预警标准：例如在奖助学金评定期间，适度提高对贫困生情绪波动的监测灵敏度；在考试周期，则更加关注与学业能力相关的自卑表现。西安培华学院的系统即采用此类情境自适应算法，有效降低了误报率。

4.2 个性化阅读资源匹配与推荐机制

基于精准识别结果，系统进入资源匹配阶段，其核心是构建多维特征关联的知识图谱。该图谱不仅包含书籍的主题、难度、情感基调等元数据，更深度标注了文本的“疗愈要素”：如特定篇章对经济自卑的缓解效用、某个人物弧光对自我价值的重建启示等。这些标注部分来自专家标注，部分通过 AI 对大量阅读反馈数据的挖掘自动生成。匹配算法采用混合推荐策略：对于初次使用的新用户，采用基于内容的推荐，根据其填写的兴趣标签与基本人口学信息推送通用疗愈书单；随着交互数据的积累，系统逐步转向协同过滤推荐，寻找心理特征与阅读偏好相似的“同伴群体”，借鉴其有效干预路径；最终，基于深度强化学习的推荐模型能够模拟长期干预效果，在即时情绪缓解与长期认知重构之间取得平衡。北京联合大学的 Deepseek 智能疗愈计划即采用类似机制，针对不同学生的情绪状态动态调整绘本阅读与改写活动的组合方式。

4.3 沉浸式阅读疗愈场景构建机制

阅读疗愈的效果不仅取决于“读什么”，更关乎“如何读”。AI 技术支持下的图书馆能够创设多层次沉浸式疗愈场景：如物理空间智能化改造：图书馆设置专门的“疗愈阅读区”，通过物联网技术实现环境参数的动态调节。当系统检测到读者处于焦虑状态时，可自动调节光照强度（基于公式 $L = L_{base} + k \cdot (1 - E_{norm})$ ，其中 L 为光照调节值， E_{norm} 为归一化情绪得分）、播放适配的背景音乐、释放舒缓香气，营造安全包容的阅读氛围。数字伴读与智能交互：读者通过终端设备阅读时，AI 数字人伴读系统提供适时的引导与支持。例如，在阅读自卑主题段落时，系统可能弹出引导性问题：“主人公的这种感受你是否熟悉？他的应对方式对你有启发吗？”；当检测到读者长时间停留于负面内容时，系统会主动介入，提供认知重构的提示或建议转换阅读内容。湖南师范大学开发的“AI 心理老师”数字人即具备此类情境感知交互能力。虚拟现实疗愈体验：针对深度干预需求，系统提供 VR 阅读疗愈模块。贫困生可“进入”文学作品构建的虚拟世界，以第一视角体验角色应对困境的过程，在低风险环境中练习新的认知与行为模式。例如，通过 VR 体验《自卑与超越》中的社会情境模拟，练习在社交场合中表达自我、建立边界。

4.4 效果评估与动态反馈机制

传统阅读疗法最难突破的瓶颈之一是效果评估的模糊性，而 AI 技术使多维量化评估成为可能。系统建立涵盖短期、中期、长期的三级评估指标体系：短期关注情绪指标的即时变化（通过阅读前后情绪问卷对比、微表情分析等）；中期追踪认知与行为模式的转变（如借阅主题的拓展、社交参与度的提升）；长期则评估心理韧性的成长与学业生活的整体适应。

评估数据不仅用于效果判定,更构成系统自我优化的反馈闭环。通过强化学习算法,系统不断尝试不同的干预策略组合(如“认知重构类书籍+团体讨论”vs.“叙事认同类书籍+个人反思”),并根据后续评估数据优化策略选择,逐步形成针对不同类型自卑心理的最优干预路径。聊城大学图书馆即通过持续收集参与学生的反馈数据,不断优化其“阅读疗愈书方库”的分类精准度与推荐匹配度。

5 实施路径与保障体系

5.1 基础设施建设与系统集成路径

实施 AI 支持的阅读疗法首先需要夯实技术基础设施。图书馆应升级现有的数字服务平台,部署情感计算服务器、大数据分析平台与隐私保护系统。在硬件方面,配置适量的 VR 设备、智能交互终端与环境传感器,但需避免过度技术堆砌,坚持“适度智能、人文为本”的原则。关键是要实现系统间的有机集成:将阅读疗法平台与图书馆管理系统、校园心理健康系统、学业支持系统等进行数据安全对接,打破信息孤岛,同时确保各系统的独立性与数据最小化原则。分阶段实施策略可降低项目风险:第一阶段(1-2 年)聚焦基础平台建设 with 核心算法开发,在小范围贫困生群体中开展试点;第二阶段(2-3 年)拓展服务范围,优化个性化推荐模型,形成标准化服务流程;第三阶段(3-5 年)实现服务模式创新,探索跨校资源共享与家庭-学校协同干预机制。

5.2 “馆藏-数字-人际”三位一体资源体系构建

有效的阅读疗法离不开优质且结构化的资源支撑。图书馆需要系统建设“三位一体”的资源体系:馆藏资源疗愈化重构:对现有馆藏进行深度挖掘与主题标引,特别是针对贫困生常见的心理议题,如经济压力应对、社交技能提升、自我价值建立等,构建专题疗愈书库。聊城大学图书馆按照“青春成长”、“压力管理”、“人际交往”等主题分类构建书方库的做法值得借鉴;数字资源生态拓展:积极引入有声书、互动电子书、疗愈类短视频等多媒体资源,满足贫困生多样化的接收偏好。南江县图书馆的“数字资源疗愈包”包含《焦虑自救指南》等电子书与海量视听读物,形成了立体的数字疗愈资源生态;人际支持网络嵌入:阅读疗法不应是完全孤立的个人活动。系统可智能匹配阅读伙伴、组建线上读书小组、推荐合适的“真人图书馆”活动,将阅读疗愈与社会支持有机结合。北京联合大学通过“魔法改写”等团体活动,促进朋辈间的经验分享与情感支持,增强了干预的持续效果。

5.3 “技术-心理-图书”复合型人才培养

AI 支持阅读疗法的落地离不开跨学科人才队伍的支撑。高校需要着力培养三类人才:一是掌握基本 AI 技术与数据分析能力的图书馆员,能够操作智能系统、解读数据报告;二是具备数字素养的心理咨询师,能够将专业心理知识转化为算法逻辑、评估 AI 干预的专业性;三是懂心理学的 AI 工程师,能够理解心理干预的特殊需求,开发合乎伦理的技术方案。建议采取分层培养策略:面向图书馆员开展“阅读疗法+数字工具”基础培训;鼓励心理咨询师进修数据科学相关课程;通过跨学科项目组建“技术-心理-图书”联合工作小组,在实践中培养协同能力。湖南师范大学“麓山心语”团队即由心理学专家、数据科学家与图书馆员共同构成,这种跨学科协作是其成功的关键。

5.4 伦理安全保障机制

心理数据的高度敏感性决定了伦理安全是干预机制不可逾越的红线。系统必须建立全方位伦理保障体系:数据全生命周期保护:遵循“知情同意、最小必要、去标识化、限期留存”原则。贫困生在使用服务前需获得清晰易懂的知情同意说明;数据采集严格限定于疗愈必需

范围；个人身份信息与心理数据分离存储；设立数据自动删除时限（如干预结束三年后）；算法公平性审计与纠偏：建立定期的算法审计机制，检测并纠正可能存在的偏见。例如，警惕系统因训练数据偏差而对特定地域、性别贫困生群体产生歧视性推荐；确保推荐逻辑的透明性，提供“为什么推荐这本书”的可解释说明；危机情况的智能识别与人工介入：当系统识别到贫困生存在自伤或伤人风险时，必须自动触发人工介入流程，第一时间通知心理咨询师或辅导员，并确保转介过程的顺畅与隐私保护。湖南师范大学建立的“AI 响应—人工介入—专家会诊”阶梯式干预体系，有效平衡了自动化效率与人工专业性。

6 挑战与对策

6.1 技术依赖与人文关怀的平衡

AI 支持的阅读疗法面临的首要挑战是过度技术化可能导致的人文关怀缺失。冰冷的算法推荐可能忽视贫困生复杂的情感需求，标准化的干预路径可能压抑个体的独特性。对此，必须坚持“技术赋能而非技术替代”的基本原则：AI 系统仅作为辅助工具，提供建议而非决策；关键干预节点（如长期未改善的个案、危机情况）必须由人类专业人员把控；系统设计中刻意保留“非理性空间”，允许贫困生自由探索看似“不相关”的阅读材料，保留阅读作为人文体验的偶然性与惊喜感。

6.2 数字鸿沟与可及性矛盾

看似数字化的解决方案可能无意中加深既有不平等：数字素养较低的贫困生可能难以有效使用智能系统；缺乏个人电子设备的贫困生可能被排除在服务之外。对策包括：提供多样化的服务入口，保留并优化线下阅读指导服务；在图书馆设置可共享的智能终端；开展数字素养培训专项计划，帮助贫困生掌握必要技术技能；系统界面设计遵循简易性原则，降低使用门槛。

6.3 隐私保护与数据利用的张力

贫困生对隐私泄露的担忧尤为强烈，这可能影响他们对 AI 阅读疗法的接受度与数据提供的真实性。除了前述技术性保护措施，还需要建立透明的信任机制：向贫困生清晰说明数据如何使用、谁有权访问、如何保护；赋予其数据控制权，允许其随时查看、更正、删除个人数据；设立独立的伦理监督委员会，包含贫困生代表，定期审查数据实践。

6.4 长期效果维持与生态化支持

阅读疗法的效果可能随干预结束而逐渐消退，特别是当贫困生回到原有的压力环境中时。因此，干预机制必须考虑长期效果维持策略：开发“疗愈后”跟进模块，通过定期轻度接触（如推送相关文章、邀请分享会）强化认知改变；将阅读疗愈与校园支持系统（如勤工助学、学业辅导、职业规划）有机衔接，减少引发自卑的环境压力源；探索家庭联动机制，在保护隐私前提下，为贫困生家庭提供相关阅读资源，改善家庭心理环境。

7 结论

贫困生的自卑心理是多重结构性因素交织形成的复杂心理现象，传统干预模式在可及性、个性化与隐私保护方面存在局限。AI 技术与图书馆阅读疗法的深度融合，为破解这一困境提供了创新路径。通过构建涵盖智能识别评估、个性化资源匹配、沉浸式疗愈场景与动态反馈优化的系统化干预机制，AI 支持的阅读疗法能够为贫困生提供低成本、易获取、高隐私保护的心理学服务，助力其实现从“自助”到“超越”的心理成长。然而，技术的赋能必须建立在坚实的伦理基础与人文关怀之上。未来研究需要在以下方向深入探索：一是开发更符合

中国文化背景与贫困生心理特征的疗愈资源标注体系；二是构建长期追踪研究，实证检验AI阅读疗法对贫困生学业成就、社会适应与心理健康的长远影响；三是探索“AI阅读疗法+轻度人工指导”的混合干预模式，找到人机协同的最优平衡点。

总之，AI支持的图书馆阅读疗法代表了一种技术赋能人文关怀的新范式，它不仅是服务形式的创新，更是教育公平理念的深化——通过科技的力量，让每一位贫困生都能获得适合其心灵成长的资源与支持，在书香中找回自信，在阅读中实现超越。

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] 张元元, 赵发珍, 王旭, 等. 阅读疗法干预大学生抑郁、焦虑疗效的研究: 系统评价及启示[J]. 图书情报工作, 2025, 69(6) :132-145.
- [6] 苏丽亭, 王景文, 高玉洁. 国际阅读疗法的研究进展及演进脉络: 基于开放存取平台的数据分析[J]. 图书馆杂志, 2025, 44(4) :21-31.

From Self-help to Transcendence: A Study on the Intervention Mechanism of AI-supported Library Reading Therapy on the Inferiority Complex of Poor Students

LIU Nan*

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

Abstract: Under the background of the popularization of higher education, poor college students, due to multiple factors such as economic pressure, social comparison and resource limitations, generally have varying degrees of inferiority complex, which seriously affects their academic development and personality integrity. The traditional mental health intervention model is confronted with challenges such as limited coverage, obvious privacy concerns and insufficient personalization. This thesis explores the combination of artificial intelligence technology and library reading therapy to construct a new intervention mechanism for the inferiority complex of poor students. The research first analyzes the special manifestations and causes of inferiority complex among impoverished students, and then systematically expounds how AI technology empower reading therapy to achieve precise identification, personalized matching and dynamic assessment. On this basis, a systematic intervention model including four major links: intelligent recognition and evaluation, personalized resource matching, immersive healing scenarios, and effect evaluation and feedback is designed, and its practical path is illustrated through cases. Finally, countermeasures and suggestions are put forward for potential challenges such as technological dependence, the digital divide, and privacy protection. Research shows that AI-supported library reading therapy can provide low-cost, easily accessible and highly privacy-protected psychological intervention services for impoverished students, helping them achieve psychological growth from "self-help" to "transcendence", and providing a new model for the innovation of mental health education in colleges and universities.

Keywords: Artificial intelligence; Reading therapy; Poor college students; Inferiority complex; Intervention mechanism; Smart library