

书院制模式下阅读疗法对大学生心理干预的探讨*

喻 丽

(南京审计大学图书馆, 南京 211815)

摘要: [目的/意义] 当前, 大学生因人际关系、就业压力等困惑而罹患心理疾病的现象越来越多。阅读疗法作为治疗心理疾病和维护心理健康的重要辅助手段之一, 亟需应对高校书院制改革所带来的实践环境的变迁, 寻求对固有模式的突破。[方法/过程] 从书院制下网格化管理模式与阅读疗法心理干预作用机理入手, 探索搭建图书馆、书院(社区)、学院(教学部)、学校四方联动, 图书馆员、专业导师、辅导员、心理健康咨询师、志愿者、学生社团等多方参与的大学生心理障碍阅读疗法综合干预体系。[结果/结论] 提出基于书院模式构建覆盖大学生心理测试、心理健康预警、阅读引领、心理障碍缓解、疗愈以及疗效反馈评价等内容的校园网格化心理干预实践平台, 同时指出阅读疗法师资队伍储备、行业自组织体系建设和隐私权保护等书院制模式下阅读疗法实践中需要关注的几个问题。

关键词: 阅读疗法 书院制 心理干预 图书馆

分类号: G252.6

DOI: 10.31193/SSAP.J.ISSN.2096-6695.2021.04.07

0 引言

阅读疗法又被称为读书疗法、读书治疗, 是以文献为媒介, 将阅读作为保健、养生及辅助治疗疾病的手段, 使自己或指导他人通过对文献内容的学习、讨论和领悟, 养护或恢复身心健康的一种方法^[1]。简言之, 阅读疗法就是用阅读维护心理健康。学界认为阅读疗法包含两个层次, 一是阅读保健(亦称“发展阅读疗法”), 即面向正常人的开卷有益式的阅读, 是最基本层次的阅读, 通过阅读完善读者的人格, 促进其心理健康, 保障其全面发展。其实质是中医“治未病”疗法。二是阅读治疗(亦称“临床阅读疗法”), 是面向临床患者的治病救人式的阅读, 即通过阅读调节读者心理和对疾病的看法, 对患者发挥辅助治疗的作用^[2]。其实质是中医“治已病”疗法。本文所探讨的即是针对经过大学生心理健康大数据筛查和心理咨询问诊确定的特殊大学生群体

* 本文系江苏省高校哲学社会科学研究一般项目(项目编号: 2020SJA0367)、南京审计大学高教研究课题(项目编号: 2021JG009)的研究成果之一。

[作者简介] 喻丽, 女, 副研究馆员, 硕士, 研究方向为校园阅读推广、资源建设, Email: 205326@nau.edu.cn。

的、侧重治疗作用的临床阅读疗法。

书院制是高校学生管理和人才培养模式的创新尝试。自2005年复旦大学、西安交通大学引入书院制以来,国内高校书院制改革进程迅速。书院试点从本科院校扩展至高职院校,从本科教育阶段扩展至硕士研究生教育阶段。2020年9月,习近平总书记在岳麓书院考察调研中肯定了书院教育对中国大学传统精神气质和社会文化传承的深远影响,并对其在中国特色高等教育改革中的担当作为提出期望,引发社会对现代书院制的关注。书院制的主要优势是基于物理空间建设,以下沉式师资、下移式管理、多部门协同来共同实现专业教育和通识教育全面发展的育人目标。书院制的新型管理模式改变了校园阅读疗法固有的实施环境,也对传统的以高校“心理咨询中心”为主的“中心医院式”阅读疗法集中化实践模式提出新的挑战。这在大学生心理问题呈多样化、严重化趋势而引发社会广泛关注的当下,为阅读疗法在书院社区的网格化实践指出了新的服务方向。

目前,阅读疗法的书院制物理环境变革呼唤围绕书院制模式下大学生阅读疗愈的新形势、新特征展开研究和探索,积极寻找新型环境下校园阅读疗法适应性变革的新思路、新实践。但调查发现,当下围绕国内高校书院制改革的理论研究及实践探索虽有长足进展,却鲜有将阅读疗法引入书院社区来辅助疗愈心理疾病的相关研讨。2021年7月26日,笔者利用CNKI数据库,以“书院”“阅读疗法”“阅读疗愈”为检索词进行篇名检索。统计发现,单纯围绕这三个检索词的相关中文文献有10025条,研究成果比较丰富,研究多着眼于书院育人模式、教育理念、实践总结、国外经验等宏观层面。在此基础上,又以“书院”为篇名,以“阅读序愈”“阅读疗法”分别为“篇关摘”检索字段进行统计,仅获得3条检索结果(统计数据详情见表1)。可见,以书院制优势和特色为依托、以书院社区各类大学生心理调查数据为样本,探讨书院社区中阅读疗法作用机理和阅读疗愈价值实现策略等相关理论和实践研究极少,更无围绕书院模式下阅读疗法对大学生心理障碍网格化综合干预的相关研究。本研究围绕书院制育人模式对高校大学生阅读心理疗愈实践的影响和作用机理展开分析,探讨书院制下建立网格化心理疗愈体系、实现“读祛心病”阅读疗愈功能的可行性,提出构建书院模式下嵌入育人过程的阅读疗法心理综合干预体系的相关思路以及实施过程需把握的相关注意点。

表1 书院制与阅读疗愈研究现状统计汇总表

篇名检索	检索字段(篇、关、摘)	检索结果(条)	成果跨越时段	备注
书院	-	9018	1990.01至2021.07	已去重
阅读疗法	-	972	1996.01至2021.07	已去重
阅读疗愈	-	35	2010.10至2021.07	已去重
书院	阅读疗法	3	2012.11至2021.07	已去重
	阅读疗愈	0	-	-

注:此表数据来源于中国知网总库(检索时间:2021年7月26日)。

1 阅读疗法作用机理及新型要素重组

高校推行阅读疗法的目的是以阅读这一辅助方式祛除心病,培养心理健康、人格完善、有道



德、有知识、有能力、和谐发展的“全人”。阅读疗法实质是通过阅读促进健康,其治疗作用是辅助性的,是以保健和辅助治疗为目的的阅读活动。书院管理模式下,校园阅读疗法面临实施环境和组织架构等变革,需要在遵循阅读疗法作用机理基础之上进行要素重组和系统重塑,构建细粒度网格化的新型阅读疗愈书院化实践体系。

1.1 阅读疗法心理干预作用机理

阅读疗法心理干预作用机理主要体现在临床治疗机理和作用实现机理。临床治疗机理是指运用生理学、医学和读者心理学的原理,通过有选择的读物和指导性阅读,来寻求心理问题的答案和解决的办法,以此排除读者的心理困扰和心理障碍,改善情绪,调整其心理状态和行为方式,以达到辅助医疗的治疗目的^[3]。

阅读疗法的作用实现机理则可从弗洛伊德学派认同、净化、领悟的角度阐述。阅读过程是作用于读者通过心理活动和作品内容之间的整合产生领悟。读者在阅读过程中会因认同作品中的人物而获得情感上的支持、认同,通过体验作者设定情境中的恐惧悲伤,使内心的焦虑得以释放,使情感净化,进而在认知与行为上产生领悟^[4]。体现在阅读疗法实施和作用过程中,就是从文献的阅读产生共情,调动和强化读者自身的力量,获得“提高读者自尊,将心理和社会价值消化到读者的性格和行为当中”^[1]。对文献的阅读既是品读和领悟的过程,也是交互的过程,需要治疗师和读者、读者和读者就阅读感悟进行讨论,以此扩大和巩固疗效。所以,共鸣、认同、平衡、净化、暗示、领悟是阅读疗法的主要作用原理。

1.2 阅读疗法心理干预的组成要素

1.2.1 阅读疗法常规要素构成

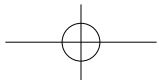
学界对于阅读疗法要素组合通用观点有两个流派:一是交互式阅读疗法流派所主张的阅疗四要素,即文献、指导者、读者、氛围;一是以阅读为中心的自助书目阅读疗法流派所主张的阅疗三要素,即读者、文献、环境^[1]。当前阅读疗法已基本统一到交互式阅读疗法的思路下。从前文阅读疗愈的作用机理可以看出,阅读疗法常规组合要素是读者、文献(有选择的读物)以及对二者起链接作用的导师(指导性阅读)和环境(阅读交流场所/环境)。书院改革后,校园阅读疗法所依托的“学校—专业院系—专业班级”传统集中化管理模式发生变化,取而代之的是“学院—书院”双院联动、“专才—全才”协同培养的书院制管理模式,推动阅读疗愈围绕新型发展环境进行要素优化和重组,既保留传统优势,又扬长避短、突出特色变革。

1.2.2 新环境下阅读疗法要素优化和重组

根据阅读疗法书院制实施环境的变化,需要在传统要素基础之上进行提炼优化和规范重组,新环境下阅读疗法要素组合除包含读者以外,还包含内涵及外延深化后的阅读疗法验方(文献)、综合师资(导师)、阅读疗法规范和疗效评鉴(即环境氛围等阅读疗法质量管理标准体系)。

(1) 阅读疗法书目和书方

推荐阅读书目是阅读疗法实施的基础。建立经过实践检验的、多载体文献共存的、具有共识性、科学性和延展性的阅读疗法书目资源库,是信息共享时代各高校共同的心声。阅读疗法书目资源库不是一成不变的,而是动态更新和调整的。对经过实务验证的阅读疗愈书目加以内涵扩展,配套补充完善书目药性、适用病症、阅读(服用)剂量和方式,并将对图书药理药性、疗效





及作用剖析上升到阅读疗法疗效机制的理论高度,便形成具有处方说服力和实践指导能力的阅读疗愈书方^[5]。

书方的形成历经“理论提炼凝结—实践检验修正—理论总结提升—实践再次检验调整”的复杂动态循环过程。书方的选择和确定一方面要根据样本用户病理反应和需求进行推荐以提升信息的接受度,另一方面应保持信息的多元化,避免陷入信息茧房,为样本用户开辟出与其个人阅读空间相平行的全新阅读系统,以利于用户认知能力的完善,帮助用户达成心智平衡^[2]。以书胜疾疗心病,喜怒哀乐皆为药。因此,对于起步较晚的国内阅读疗法工作而言,建立动态调整的阅读疗法书目和书方资源库,在一定范围内共知、共建和共享,并在实践中共同加以修正和完善,对于指导、引领高校阅读疗法的研究和实践,提高大学生心理问题阅读治疗效率和疗愈价值具有重要意义。

(2) 阅读疗师资

阅读治疗师是决定疗效的关键。阅读治疗师是指从事阅读疗愈工作、具有心理疗愈相应专业素养、负责对阅读疗法项目进行策划、组织、实施并落实疗效检验责任的专兼职人员。合格的阅读治疗师既是有技巧的倾听者、有内涵的阅读者、有阅历的人生导师,也是具备丰富心理知识的咨询员。他们承担类似临床主治医师制定治疗方案(选择、推荐书目)、对症施治(阅疗处方施治、患者阅读用药剂量及疗效跟踪调整)、术后调理、疗效观察与反馈的重任。应用于阅读疗法过程中可描述为:①阅读治疗开始前,阅读治疗师迎合各类读者的需要和兴趣,把图书作为精神药物对症下药,以书目代处方,正确选择和推荐读物书目;②治疗初步实施中,治疗师敏锐、准确地感知和分析读者阅读后的反应(即自我阅读、自我感悟后的响应);③治疗深入过程中,治疗师通过文献导读、读者对话的交互式阅读疗法引导读者讨论,带动读者进行深入地自我反省和领悟,配合药物、手术、仪器等常规疗法对病人进行心理治疗。其最终目的是引导读者通过对特定文献的深度阅读和体味、交流,获得认同、净化、领悟。

(3) 阅读疗法实践操作流程和评价标准

心理健康预警、心理疾病干扰、心理障碍缓解以及阅读疗愈是阅读疗法辅助治疗心理疾病的几个过程。心理问题的产生具有复杂性和多元性,阅读辅助治疗的效果也因人而异。所以,需要建立从心理问题测试识别、心理危机预警提示到心理危机干预以及危机管理等一整套规范统一的阅读疗法干预治疗操作标准和处置流程,形成阅读疗法流程的系统化、章程的规范化和疗效评价的一体化。在坚持目标导向、问题导向、效果导向基础之上,优化疗愈师资队伍结构,聚焦平安稳定,结合实际制定阅读心理疗愈工作方案,专注阅读疗愈效果的渐进层次,规范引导从心理问题测试、识别发现、预警出诊、初诊建档、诊疗施治、辅助疗愈到疗效评价等各个步骤,形成一个实践操作的闭环,以提升心理危机干预治疗的能力和水平。

2 书院制模式对推行阅读疗法心理干预的影响

2.1 书院制内涵

书院制是在继承中国古代书院“师生共处、学生互助”的传统基础上,借鉴国外住宿学院制度建立的一种对学生实施通识教育并承担学生思想品德、行为养成等方面教育的新型学生教育模



式。这种模式打破传统的以专业院系为骨架的大学组织形态，把与集权式管理相适应的条状大学组织结构，改变为纵（学院）横（书院）交错的矩阵式结构，改革了原来以班级为基础的学生管理制度，建立以书院为单元的学习和生活社区，构建师生共处的新型育人平台，实现学生学术发展和社会性发展相统一、通识教育和专才教育相结合的均衡教育目标。

2.2 书院运行机制特色

“以人为中心、以促成全面发展的人为培养目标”是书院制运行目标。“管理下移、双院联动、网格化管理”是书院制的运行机制特色。高等教育大众化之下，大学扩张、在校生剧增，师生关联度趋低，同学关系疏离。而书院制这种扁平化的运行机制下，机构下沉、管理重心下移、师资下沉、专业混搭的紧凑群体结构有利于维持师生、学生之间的沟通交流，促进朋辈成长和职业生涯发展。在书院、学院“双院联动”制衡之下，专业教学及学术研究属于学院，课外活动及人格养成则属于书院。书院是组织学生活动、实施“全人”教育的主要平台（书院制运行机理详见图1）。书院通过组织各种活动提供“非形式教育机会”，与正规课程相辅相成，提供以学生为本的“全人”教育，加强师生间的交流和互动，培养学生健康人格、人际关系技巧以及文化品味、自信心和对社会的承担^[6]。

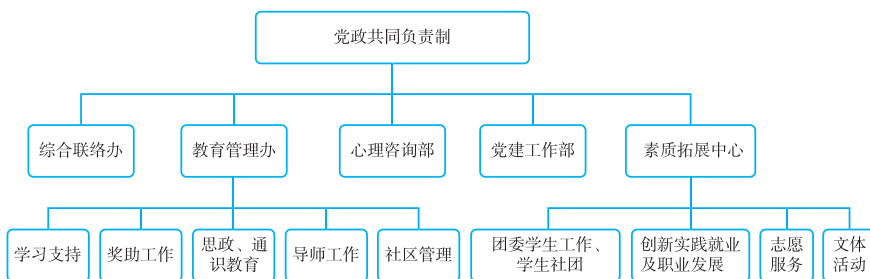


图1 书院工作运行机制架构图

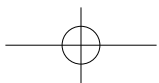
注：本图由作者整理所得。

书院制改革的本质是学生教育与管理模式的改革。在“双院联动”机制下，带来的是矩阵式结构和网格化管理机制。网格化管理本意是一种行政管理改革，就是将某一固定区域主观性地划分为一个个“网格”，使这些网格成为管理的基层单元。通过加强对单元网格部件和事件巡查，建立一种监督和处置互相分离的形式^[7]。网格化管理的特色是分工明确、责任清晰、便于监督，保证管理效能的敏捷、精确和高效。学校、书院与校内职能部门以及二级学院等各组织单元间在共同育人目标的指引之下，既相互独立又相互交织、相互协作，权责分明，其矩阵式指挥系统、网格化管理结构和多种常规机制的运用，保障了校、院层级合作的顺利实现^[8]。

2.3 书院制模式对阅读心理疗愈干预实践的影响

2.3.1 引发实践环境的变迁

书院制改革后，以前院系、班级承载的部分功能转移到书院和社区，建立了打破专业、年级、班级界限的新育人平台，书院社区成为了首要的教育阵地和成才园地。书院“导师制”（常





任导师、学业导师)、“学长制”“博雅教育”及深度交流、朋辈辅导等新的育人模式的变迁,既缓解了学生主体性缺失矛盾,又改变了校园阅读疗法传统的实施环境。阅读疗法得以摆脱群体治疗困境,具备了个体对症治疗的优点,有条件针对大学生心理问题多发性、多成因性特点以及个体差异,藉由阅读疗法单本书方和普适性配伍“复方”书方对症施治、对因治疗,为阅读疗法心理干预实践模式提供新思路。

2.3.2 催生阅读疗法固有模式的突破及抉择

目前国内高校中的阅读疗法推广主要是两种模式:一种是泰山医学院宫美玲教授为代表的个体型(专家型)模式,另一种是以河北联合大学为代表的团队合作模式^[9]。在个体型推广模式中,采取个体心理咨询辅导的模式,在心理辅导的过程中,专家列出阅读书单,由学生自阅或与学生进行互动式交流,以解决心理问题和恢复心理健康。这种方法是一种典型的心理咨询中心或中心医院式的疗法。其积淀深、效果明显,示范性也强,大多数高校均采用的是这种方法。但这种阅读疗法的推广受专家个人因素影响较大,对专家个人的素质要求也比较高,因而其推广范围受到很大限制。在团队合作模式下,阅读疗法推广的主体是图书馆,由其负责遴选阅读书方,组建阅读疗法主体团队,同时联合校心理咨询中心或学生处、团委等部门组成专家团队,协助图书馆进行阅读疗法人员的心理学知识、心理咨询技能培训。这种模式能够有效发挥团队协同作用,实现优势互补。但从实践操作层面和实际执行效果来看,除河北联合大学之外,推广这种模式的高校并不多。原因可能与图书馆在学生管理层面上的中心地位匹配不足相关。

在书院制模式下,书院在高校的育人体系中处于中心地位。首先,以书院为主体,建立起阅读疗法心理干预的中心团队。团队应该主要包括:负责协调与管理学生心理健康的书院领导;具有专业心理咨询师资质的书院辅导员;专职导师或专业导师以及校心理咨询中心专业教师;具有心理学、图书情报学、文学相关专业知识的阅读疗法师;相关阅读疗法推广人员;负责阅读疗法网站的设计、开发与内容建设工作的其他人员^[9]。这些人员网格化地嵌入至书院社区,为阅读疗法实践运作提供了人力资源保障。

其次,阅读疗法心理干预以书院为主导,是因为书院能够比较容易地对大学生心理健康数据进行采集、清洗、分类统计和数据分析,进而获得全面、真实的大学生心理健康基础数据,以及对筛选出来的学生进行心理健康的测试。从这个意义上说,图书馆团队与学生接洽与融合度远不如书院。

最后,在高校多主体协同参与的阅读疗法实践体系中,书院制的网格化管理是整个阅读疗法机制协同有序运作的组织架构保障。书院社区与校内学工、教务、心理咨询、图书馆等机构以及与各专业学院互相链接和支撑,在组织机构、人员配备、制度保障及运作机制等要素配置中构成经络分明的网格化育人体系,为在书院社区中阅读疗法对大学生心理障碍综合干预网格化实践提供了保障。另外,一般而言,书院还会设有书吧或者阅读空间等物理场馆,为阅读疗法实践运作提供了物理资源保障和环境、情境支撑。

总之,书院制育人模式的创新,为阅读疗法心理干预实践提供了新思路,可以改变过去心理咨询中心式的模式,也可以弥补图书馆作为阅读疗法主体的育人中心地位不足的困境。事实上,阅读疗法与心理咨询作为既互相区别又有密切联系的两个领域,在大学生心理健康工作中完全可以取长补短、互相协作。以书院作为阅读疗法心理干预的主体可以更大程度地解决好这一问题。



3 书院制模式下阅读疗法对大学生心理障碍综合干预实践平台的构建

3.1 阅读疗法心理干预实践平台建设内容

阅读疗法服务是将阅读推广与心理健康信息服务两项工作融合起来,通过对健康信息的收集、整理、炼制、推送、导引等流程的有机运行,实现对学生的心理状态进行调节,进而提高其认知水平^[2]。借助书院制管理模式的变革,搭建一个以书院为中心,统筹专业学院、图书馆及相关职能部门协同参与的阅读疗法实践平台,是提高阅读疗法心理干预成效的重要抓手。实践干预平台建设应覆盖心理测量、心理咨询、阅读引领以及心理辅导和矫治等过程。阅读疗法书目、读者、阅读心理疗愈师资队伍、综合疗愈方法、数字化技术、线上线下虚实结合的阅读疗法载体(平台、网站、刊物等)及规范化的阅读疗法诊疗和运行制度是书院阅读疗法网格化实践平台的基本构建要素。阅读疗法实践平台是立体化、全流程的动态调整体系,既有网络载体线上云端问诊和阅读,也有实体书目和线下面对面交流;既有借鉴临床经验产生的推荐书目数据库,也有经诊疗实践修正、动态更新的阅疗处方和成功案例集成数据库;既有处于流程前端的心理测试服务,也提供阅疗书目/师资查询、阅疗综合信息阅览、心得分享、阅疗科研动态等覆盖阅读疗愈全流程的衍生服务。

3.2 大学生心理测试基础数据的采集与整理建档

大学生心理测试基础数据的采集与整理是阅读疗法的前提,借助心理评估量表等方式进行。书院制模式下大学生心理测试调查工作在学生工作、心理咨询等职能部门指导下由书院牵头组织实施。在校生心理健康调查的方法主要有以下几种:(1)大学生人格问卷(university personality inventory,简称UPI),是以大学生新生为问卷对象的精神健康调查表,适用于早期发现、早期治疗有心理问题的学生;(2)明尼苏达多项人格测验(minnesota multiphasic personality inventory,简称MMPI),是纸-笔式人格测验问卷,常用于鉴别精神疾病;(3)抑郁自评量表(self-rating depression scale,简称SDS),适用于具有抑郁症状的成年人,能直观地反映抑郁患者的主观感受及其在治疗中的变化;(4)焦虑自评量表(self-rating anxiety scale,简称SAS),测量焦虑状态轻重程度及其在治疗过程中变化情况的心理量表,主要用于疗效评估而非诊断。

在面向在校生的全面问卷调查结束后,由书院社区组织实施对全校心理健康调查(测试)数据进行数据采集、清洗、分类统计和数据分析,获得全面、真实的大学生心理健康基础数据。然后将经大数据初审、筛查后的社区住宿学生心理调查基础数据,交由社区班级专职辅导员负责对本班大数据筛查中呈现特殊性的个体样本,逐一建档,提交至书院心理健康(心理成长、心理咨询)工作室,转由跨界组合的专业团队识别心理危机预警信号,启动心理危机干预和阅读疗法。大学生心理健康基础数据类似医疗机构临床检查指标参数数据,供医生/专业团队查看,以备后期加以辨“症”施治,出具治疗方案和建议。

3.3 阅读疗法干预实践平台运作流程

阅读疗法干预实践平台主要由心理健康状况识别与预警模块和校园阅读疗愈网格化干预治疗实施模块两部分组成,具体运作流程详见图2。

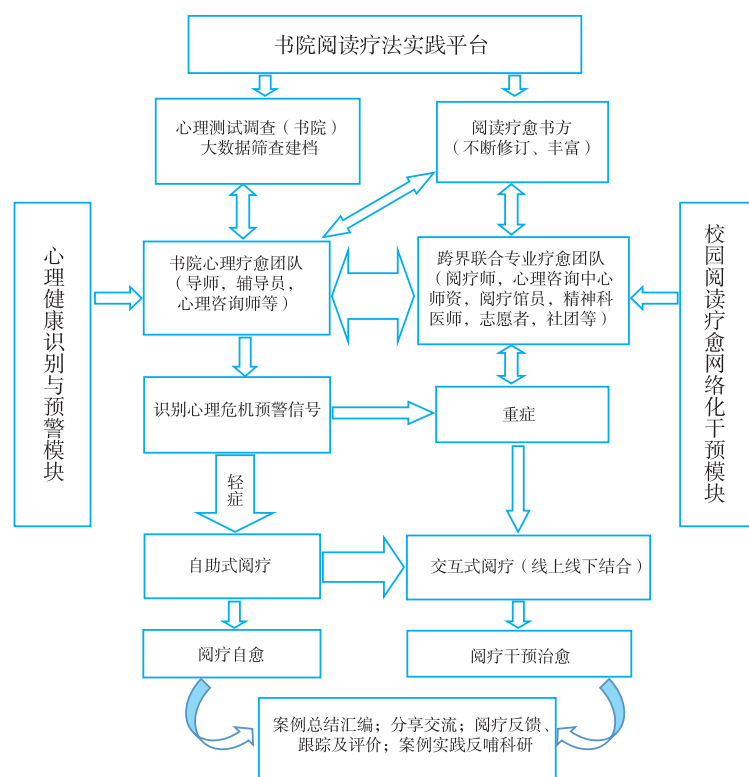


图2 书院阅读疗法干预实践平台具体运作流程

心理健康状况识别与预警模块是基于心理健康调查事实数据中的初级、轻症对象阅读疗法治疗施治过程。在该模块下，以书院阅读疗法团队（书院辅导员及导师）为主体，依托问卷调查及心理测量等基础数据，建立以学生心理测试为基础的在校生心理健康状况事实数据库，并基于大数据分析技术启动学生心理危机识别和预警管理，筛选甄别症候对象，结合学生不同心理问题有针对性地提供在线心理自测、对样本学生心理问题据症分类填写阅读疗法登记表，以便了解详实信息、准确测评其心理问题，并根据求助者心理问题的复杂性及阅读基础、阅读习惯、阅读需求、信息交流方式的差异性、多样性，对症设计阅读辅助书目推荐、阅读疗法心理干预知识技巧以及辅助干预策略指导等阅读治疗方案^[10]。对于其中初期、轻度心理问题患者，可由读者根据自我检测信息区分不同症候，对症选择书方，通过自助式的阅读疗法情绪干预获得阅读自愈^[11]。

校园阅读疗愈网格化干预治疗实施模块主要是针对经识别为心理问题较严重且无法通过自助式阅读解决心理困扰的患者。采取交互式阅读治疗/临床阅读疗法，由跨界组合的阅读疗愈专业团队（由本书院具有心理咨询师专业资质的辅导员/专业导师、校心理咨询中心专职心理咨询师、图书馆馆员、外聘心理/精神医生组成）结合样本症状开展集体讨论，进行分类诊疗。同时，专业团队借助数字技术通过一对一、一对多、多对多的交互式治疗，将个案阅读治疗与团体阅读治疗相结合、面对面阅读治疗与网络阅读治疗相结合、阅读治疗与其它辅助治疗相结合^[10]。患者将会获得更深入的分析诊断、对症书目荐读以及阅读方法指导，从而化解心理问题，收获身心健康。校园阅读疗愈网格化干预治疗体系有效解决了由单一部门（如图书馆等）实施阅读疗法所带来的碎片化、短期化现象。



3.4 阅读心理干预疗效反馈评价机制

从系统论观点来说,阅读疗法实践平台是在“双院联动、协同育人”内在机制驱动下,从简单向复杂、从粗糙向细致,不断自我完善的自组织系统,在阅读疗法操作实践中通过组织结构和运行模式的自我动态调整和反馈修正,不断提高对环境的适应能力,维持运行平衡。阅读疗效的反馈评价是获得动态平衡的关键。无论采取自助式还是交互式阅读疗法,对阅读疗法综合疗效的反馈与评估都至关重要。具体反馈形式包含读者撰写阅读疗法总结和心得分享,阅读治疗师(专业导师)撰写诊疗报告(完成阅读疗法个案归档),阅读疗法专业团队围绕治愈经典案例经验交流及相关二次研究成果等。阅读疗法疗效反馈研究目的在于总结成功经验、修订阅读书目、调整后续心理诊断和阅疗方案、完善书院阅读疗法实践平台等,也可成为今后类似病例的治疗经验参照,用于指导“证同治同、证异治异,同病异治、异病同治”的实践,最终将经过阅读疗愈实践检验的相关数据导入书院阅读疗法实践平台基础事实数据库,修正、完善平台心理测试系统模块,引导析出更科学、更精准的诊断结论,促进平台动态调整和良性循环^[12]。

4 书院制模式下阅读疗法实践中需要关注的几个问题

4.1 优质的阅读疗愈师资储备

目前,我国还没有设立专业阅读治疗师资格认证体系,尚无专业的阅读治疗师。阅疗师资主要从心理治疗师、社会工作者、临床心理学家、图书馆员、教师以及具有专业背景的志愿者中遴选和培训产生^[11]。据统计,目前国内心理疗愈专业人才短缺,2018年全国能提供专业心理咨询服务的心理咨询师不到3万人,2019年我国心理咨询师缺口达43万人^[13]。所以,在阅读疗法实践中,为保证专业性和疗愈效果,高校还应采取跨界合作的方式组建阅读心理疗愈专业队伍,即由书院自身专业团队、本校专业师资团队、驻地社区/社会专业人士或机构/心理或精神科医师、校友、学生社团和志愿者等共同构建跨界合作的阅读疗愈专业队伍,根据读者症状深浅,分层建立“书院专业疗愈+校园综合疗愈+跨界联合疗愈”的阅读疗法心理治疗综合体系,缓解师资缺口,提升对学生心理危机综合干预治疗体系和治疗能力的精准化和高效化。

4.2 完善阅读与心理健康行业自组织体系

阅读疗法的心理疗愈实践是基于心理学、医学、教育学以及阅读学等学科的实践科学,某种意义上兼具临床医学特征,是“以图书为医方”的“以读医愚”,需要在理论指导、科学研究、系统实践及不断总结的基础之上,以点到面,从理论探讨到实践检验,然后再回到理论修正和实践完善。任何一方的单独摸索和实践均难以最终形成科学的结论和经验,需要设立阅读疗法研究和实践的自组织行业指导机构,规范标准,科学指导,合理实践。

在王波等人的推动下,2009年国内首家阅读与心理健康专业委员会——中国图书馆学会阅读推广委员会阅读与心理健康专业委员会成立。该专业委员会致力于阅读与心理健康领域相关研究与实践,开展国内外学术交流,宣传、推广阅读疗法并指导各图书馆阅读推广活动,发布《大学生常见心理困扰推荐书目》,规范阅读疗愈实践方向^[14],指导大学生心理保健和心理康复。但作为目前唯一的行业自组织机构,“阅读与心理健康专业委员会”的活动影响力、社会认可度尚需提升,高校



阅读疗法实践相关行业标准、操作规范和疗效评价体系制定的话语权和标杆性作用也有待挖掘。尤其需要立即推动解决阅读疗法市场准入和职业资格认定以及阅读疗法书目的量化审核标准问题。

4.3 隐私权保护

数字时代,万物皆媒,资讯触手可及,因此保护高校阅读心理疗愈案例信息的数据安全至关重要。对于高校在校生而言,个人心理健康问题具有特殊敏感性,涉及个人隐私,故阅读疗愈活动的隐私保护程度成为大学生是否参加阅读疗愈项目以及评价阅读疗愈活动成效的关键因素。从罹患心理疾病希望求助于阅读疗法的大学生视角出发,学校并没有形成认可阅读疗法的公共氛围,即校园内随处可见阅读疗法、领导和教师一致认同阅读疗法、同学遇到心理困扰使用阅读疗法成为一种常态。若丧失以上环境烘托,则参加阅读疗法活动就很可能被同学质疑为精神病患者^[15]。因此,在阅读疗法服务实施过程中,对患者心理状态的把握涉及心理咨询技巧。阅读治疗师或阅读馆员应遵循平等、尊重、友善、保密原则,注意保护患者个人隐私。这既体现于阅读疗法启动前的阅读规则及隐私保护明示条款,也贯穿于阅读疗法的实施、评估和追踪阶段,均应充分尊重个人意愿和隐私,始终坚持以患者为中心。同时,也可通过建立网站安全管理和信息安全管理,对在校生各类心理调查基础数据以及心理咨询、阅读疗愈相关衍生数据的有效保护、合法获得和合理使用进行严格规范,对疗愈处方和疗效案例进行归档管理,建档有据,调档有证,安全、合理利用。

5 结语

现代社会大学生心理健康问题日益突出,引发社会思考和关注。将阅读作为保健、养生以及辅助治疗疾病手段的阅读疗法因其非强迫性和非介入性的人本中心理念更便于大学生自主选择 and 接受^[16]。随着建设文化强国、坚定文化自信地位不断被提高,普通群体的获得感和满足感愈发被重视,具有启智疗心功能的阅读文化推广和阅读心理疗愈服务必将迎来新的发展机遇,并将伴随着高等教育人才培养体系的变革而逐渐走向成熟和完善。“十四五”时期,阅读疗法将沿着科学性、规范性、系统性、应用性和普及性的发展方向有序推进,为人才强国、健康中国建设做出更大贡献。

【参考文献】

- [1] 王波. 阅读疗法概念辨析 [J]. 图书情报知识, 2005(1):98-102.
- [2] 张鑫. 图书馆阅读疗法服务生态系统探析 [J]. 情报探索, 2021(5):116-120.
- [3] 吴应华. “阅读疗法”——大学生心理健康教育的良方 [J]. 高校图书馆工作, 2003(4):43-47.
- [4] 卢胜利, 睢密太. 我国 15 年来心理障碍阅读干预研究述评 [J]. 大学图书馆学报, 2007(2):51-55.
- [5] 宫梅玲, 楚存坤, 张洪涛, 杜宝渲, 谭亮. 阅读疗法立体化运作模式探究 [J]. 大学图书馆学报, 2011(5):84-88.
- [6] 柴怡. 书院制育人模式的理论和实践研究——基于多案例的分析 [D]. 山西师范大学, 2020:31.
- [7] 百度百科. 网格化 [EB/OL]. [2021-07-29]. <https://baike.baidu.com/item/%E7%BD%91%E6%A0%BC%E5%8C%96%E7%AE%A1%E7%90%86/8559115>.
- [8] 文宏, 崔铁. 矩阵式结构、网格化管理与多机制保障——运动式治理中的纵向府际合作 [J]. 四川大学学报 (哲学社会科学版), 2015(3):121-128.
- [9] 王景文, 张丽丽, 杨红. 积极心理健康教育视域下阅读疗法推广模式实证研究 [J]. 图书馆工作与研



喻丽. 书院制模式下阅读疗法对大学生心理干预的探讨 [J]. 文献与数据学报, 2021, 3(4): 073-083.

究, 2015(8):104-108.

[10] 王景文. 我国高校图书馆阅读疗法实践现状调查分析 [J]. 国家图书馆学报, 2021(5):75-82.

[11] 傅宝珍. 后疫情时代公共图书馆网络阅读疗法探讨 [J]. 图书馆工作与研究, 2021(1):58-62.

[12] 刘斌志. 论阅读疗法在灾后青少年心理重建中的优势及策略 [J]. 国家图书馆学报, 2014(3):69-74.

[13] 第六届中国精神分析大会在上海召开我国心理咨询师缺口高达 43 万 [EB/OL]. [2021-07-29]. <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1633224141201035397&wfr=spider&for=pc>.

[14] 中国图书馆学会阅读与心理健康专业委员会网站 [EB/OL]. [2021-07-29]. <http://www.lib-read.org/committee/show.jsp?id=51>.

[15] 陈傲杰. 大学生对阅读疗法态度的调查研究 [D]. 郑州大学, 2020:27.

[16] 王波. 阅读疗法的历史基因、民间土壤、理论新解和发展现状 [J]. 图书馆论坛, 2019(8):108-123.

Discussion on the Practice of Reading Therapy on College Students' Psychological Intervention under the Mode of Academy System

YU Li

(Library of Nanjing Audit University, Nanjing 211815, China)

Abstract: [**Purpose/significance**] At present, more and more college students suffer from mental diseases due to confusions such as interpersonal relationship and employment pressure. As an important auxiliary means to treat mental diseases and maintain mental health, reading therapy urgently needs to deal with the changes of practical environment brought by the reform of academy system in colleges and universities and seek a breakthrough in the inherent model. [**Method/process**] Starting with the grid management mode under the academy system and the psychological intervention mechanism of reading therapy, this paper explores to build a comprehensive intervention system of reading therapy for college students with mental disorders, which is linked by libraries, academies (communities), colleges (teaching departments) and schools, and participated by librarians, professional tutors, counselors, mental health consultants, volunteers and student associations. [**Result/conclusion**] Based on the mode of academy system, a campus grid psychological intervention practice platform covering college students' psychological test, mental health early warning, reading guidance, psychological obstacle relief, healing and curative effect feedback evaluation is proposed. At the same time, it points out that we should also deal with the problems that need to be paid attention to in the practice of psychological intervention, such as the reserve of reading therapists, the construction of industry self-organization system and the protection of privacy.

Keywords: Reading therapy; Academy system; Psychological intervention; Library

(本文责编: 孔青青)