

# 从物理空间到心理景观：高校图书馆格言叙事对学生焦虑缓解的影响研究

陈晨保

广州南方学院

**摘要：**在高等教育竞争加剧的背景下，高校学生普遍面临严重的学习焦虑。图书馆作为主要的学习场域，其空间环境对学生情绪调节具有潜在影响。本研究探讨了高校图书馆格言景观对学生学习焦虑的缓解机制。以广州南方学院图书馆为实证对象，通过问卷的形式进行统计分析并中介效应检验，发现格言叙事感知与学习焦虑缓解度呈显著正相关；地方依恋在“格言叙事感知”对“学习焦虑缓解”的影响路径中起到了显著的部分中介作用。这表明格言景观通过重构读者的空间归属感与身份认同，成功将图书馆从物理空间转化为具有疗愈功能的心理景观。并从叙事内容精准化、视觉表达系统化以及空间交互常态化三个维度提出了优化策略，旨在为高校图书馆空间再造与环境育人提供实证依据与实践指南。

**关键词：**高校图书馆；格言景观；空间叙事；地方依恋；地方认同

**DOI：**10.65976/3080-0374.2026.08.032

在高等教育竞争加剧的背景下，学习焦虑已成为高校学生的普遍心理状态。图书馆作为学生停留时间最长的“第二课堂”，其空间氛围在无形中调节着学生的心理状态。然而，当前图书馆建设多侧重于功能性硬件指标，对空间承载情绪的软性功能关注不足。如何将图书馆从物理空间转化为具有温度的心理景观，成为空间再造的核心课题。格言景观作为一种融合文字语义与视觉艺术的小微叙事形式，广泛运用于图书馆空间中。这些看似简单的格言符号，实为图书馆与读者进行无声对话的媒介。本研究通过格言的内容语义、材质肌理及空间布局，探讨“格言叙事”如何通过情感共鸣与认知重构，引导学生实现从压力状态向平衡状态的心理撤退，为高校图书馆空间再造与环境育人提供实证依据。

## 一、理论基础与导入

20世纪80年代“空间转向”思潮催生了空间叙事理论，列斐伏尔的“空间生产”理论将空间从物理容器重塑为社会产物，使建筑空间成为具有表达力的“文本”<sup>[1]</sup>。在此框架下，图书馆格言景观实现了从装饰符号到空间话语的转变——它通过语义筛选、视觉设计与空间布局，向学生传递特定价值观与情绪暗示。这种叙事逻辑包含显性与隐性双线：显性叙事通过文字构建理想人格与学术追求的宏大故事；隐性叙事则借字体质感、灯光映射与空间关系营造“包容”或“砥砺”的环境氛围，使学生在物理穿行中完成一场叙事阅读，有效转移对焦虑任务的过度聚焦。地方依恋理论以段义孚“恋地情结”为里程碑，强调人与地方间深层情感纽带<sup>[2]</sup>。该理论揭示了学生读者从工具性利用图书馆（地方依赖）到通过格言文化内化产

生精神共鸣（地方认同）的心理转变轨迹，这种从“空间”到“场所”的转化构成了对抗学习焦虑的情感防御机制<sup>[3-4]</sup>。本研究整合上述理论，构建“叙事激发—依恋生成—焦虑缓解”逻辑链条：格言景观叙事通过对空间语义的重塑打破图书馆冰冷属性，当学生在叙事中读到与自我困境相关的文本时，激活其对特定位置的情感连接，通过情绪锚定效应将学生从弥散性考试焦虑拉回具有安全感的文化场所。

## 二、高校图书馆格言景观的分类与功能分析

以广州南方学院图书馆为例开展研究，笔者对图书馆内的格言景观进行了全样本采集，根据其语义内涵及情感指向进行扎根理论编码，将其划分为四种核心叙事类型。

### （一）陪伴型叙事

以“流水不腐，户枢不蠹”“欲速则不达”为代表，陪伴型叙事的核心在于消解压迫感。针对学生在考试周或备考期常见的状态焦虑（短期焦虑爆发），这类格言通过描绘自然韵律——如水流不息、事物渐进积累，为学生提供一个“慢节奏”的心理参照。它传递的核心信息是：学习并非对时间的掠夺，而是与时间的和谐共处，从而在紧张的学习环境中营造一种温和的陪伴感。

### （二）力量型叙事

以“天将降大任于是人也”“疾风知劲草，严霜识贞木”为典型，力量型叙事主要应对学生的特质焦虑（长期紧张或不自信）。它运用“英雄叙事”逻辑，将学业中的磨难重新定义为“成才的勋章”，强调困境的必然性与价值。这种叙事通过激发学生的自我效能感，

促使其产生“古之成大事者亦如是”的共鸣,从而将逃避、崩溃的消极情绪转化为坚韧不拔的内在动力。

### (三) 哲思型叙事

以“知之者不如好之者,好之者不如乐之者”“见贤思齐,内自省也”为例,哲思型叙事旨在缓解由“同辈压力”引发的社会比较焦虑。它通过重新定义学习的终极目标——从“超越他人”转向“悦纳自我”,引导学生将关注点从外部竞争收回至自身成长路径。通过对“乐学”维度的强调,从根本上剥离外部竞争带来的负面压力,帮助学生在高度竞争的环境中保持内心的从容与定力。

### (四) 自省型叙事

以“慎其独也”“认识你自己”等格言为代表,自省型叙事侧重于深层的情绪修复。它通常作用于学生独处、视线游离的瞬间,通过哲理性的提问,引导其进入深度自我对话状态。对于因身份认同困惑而产生焦虑的学生,这类叙事能有效促进“内在觉醒”,帮助其重塑自我认同,从而疗愈漂浮不定的虚无感和深层焦虑。

### (五) 非语言叙事

格言景观的治愈效能并非仅由文字语义决定,而是通过“设计美学—感官知觉—情绪反馈”的协同路径实现的。在图书馆场域中,物理材质、字体性格、排版布局及视觉层级共同构成了格言景观的“非语言叙事”,这种物质化的表达不仅是文字的载体,更是情绪调节的增强器。首先,材质的肌理与触觉暗示构成了空间的温度基础,天然原木或具有肌理感的布艺背板,利用其低反射率和温润的视觉特性,为学生营造一种温和的感觉。其次,字体修辞与排版逻辑决定了信息传递的心理节奏。设计学意义上的字体不仅是符号,更带有鲜明的情绪倾向。例如,柔和的无衬线体通过流转的笔触引导学生实现心理上的“软着陆”。在排版上,通过对留白的运用,格言景观在信息密集的图书馆中开辟出了视觉上的“呼吸窗口”。这种极简主义的版面布局配合遵循人机工程学的视平线设计,引导读者的视线从杂乱的题海中抽离,实现在注视瞬间的“注意力恢复”。最后,色彩与光影的叙事介入进一步强化了空间的包裹感。通过色彩心理学的精准应用,低饱和度的色调与局部暖色调光源相互配合,将格言景观从单调的墙面装饰转化为具有剧场感的视

觉中心。这种光影的补偿不仅让文字在物理空间中脱颖而出,更在读者的认知中产生了一种被文化符号“保护”的安全感。这种语义能量与设计美学的深度耦合,使得格言景观不再是生硬的标语,而是一种多维感官介入的疗愈场域,为后续学生产生地方依恋与焦虑缓解提供了坚实的物质感知基础。

## 三、格言叙事对学生焦虑缓解影响的实证分析

### (一) 样本概况与量表可靠性检验

问卷以广州南方学院图书馆学生读者为对象,有效收回问卷 312 份,覆盖了大一至大四各年级学生,其中备考群体占比 64.3%,符合研究对高焦虑学生群体的界定。利用 SPSS 26.0 对问卷进行信度检验,格言叙事感知量表、地方依恋量表及学习焦虑量表的 Cronbach's 系数均大于 0.85,显示量表具有良好的内部一致性。

### (二) 核心变量的描述性统计与相关性分析

在进行路径分析与中介效应检验之前,本研究首先对格言叙事感知、地方依恋、地方认同以及学习焦虑缓解度四个核心变量进行了描述性统计分析与 Pearson 相关分析,旨在考察样本数据的集中趋势、离散程度以及变量间的初步关联水平<sup>[5]</sup>,得到的分析如表 1 所示。

四个核心变量在李克特量表下的均值均处于中等偏上水平(M=3.58~4.01),整体反映出当前高校图书馆在环境营造与功能建设方面已取得较为积极的成效。其中,地方依赖(M=4.01,SD=0.58)得分最高,表明学生高度认可图书馆作为学习空间所提供的物理支撑条件,凸显其作为“功能性空间”的硬实力,是吸引学生持续到访和长时间停留的首要动因。相较之下,格言叙事感知(M=3.82,SD=0.65)亦表现良好,说明学生普遍能够清晰感知馆内格言景观所传递的文化意涵与精神氛围,且较低的标准差反映出不同年级与专业背景的学生在这一维度上认知高度趋同,体现出格言景观作为文化媒介的广泛可及性与一致性影响。地方认同(M=3.75,SD=0.72)略低于地方依赖,揭示出学生对图书馆的情感联结尚处于从“工具性使用”向“情感性归属”过渡的阶段;标准差稍大则表明个体间存在明显分化——部分学生已将图书馆视为价值共鸣与自我成长的精神场域,而另一部分仍仅将其视作自习场所,这为通过强化格言叙事的人文内涵以深化空间认同提供了明确的优化路径。值得注意的是,

表 1 核心变量相关分析汇总表(N=312)

变量	M	SD	1	2	3	4
1. 格言叙事感知	3.82	0.65	1	—	—	—
2. 地方依赖	4.01	0.58	0.452**	1	—	—
3. 地方认同	3.75	0.72	0.513**	0.612**	1	—
4. 学习焦虑缓解度	3.58	0.81	0.389**	0.424**	0.567**	1

学习焦虑缓解度 ( $M=3.58, SD=0.81$ ) 在四项指标中均值最低且标准差最大, 反映出在当前学业压力普遍较高的背景下, 学生借助图书馆环境进行情绪调节的能力存在显著个体差异; 单纯依赖物理空间的静谧性已难以充分满足心理舒缓需求, 亟须引入更具针对性的心理干预手段——如通过精心设计的格言景观触发积极认知重构、提供情绪支持与价值引导, 从而提升图书馆在心理健康促进方面的软性功能。

### (三) 地方依恋的中介效应检验

在证实了格言叙事感知、地方依恋与学习焦虑缓解度之间存在显著相关的基础上, 本研究采用 Process 模型 4, 在控制性别、年级等人口变量后, 对地方依恋在格言叙事感知与焦虑缓解之间的中介效应进行了统计检验。具体路径系数及显著性指标如表 2 所示。

#### 1. 路径显著性分析与回归系数解读

首先, 在总效应路径方面, 格言叙事感知对学习焦虑缓解度的总效应达到显著水平 ( $\beta=0.485, p < 0.001$ ), 其 95% 置信区间为 [0.372, 0.601], 未包含 0, 表明该效应具有高度统计可靠性。这意味着, 在不引入任何中介变量的前提下, 图书馆内格言景观所传递的文化叙事每提升一个标准单位, 学生在阅览过程中所体验到的学习焦虑缓解程度将平均提升 0.485 个单位。这一发现不仅验证了“环境即疗愈”的理念在民办本科高校图书馆场域中的现实可行性, 也为“心理景观”作为非药物性情绪干预手段的有效性提供了坚实的实证支撑。

其次, 在中介路径前段 (即“从景观到情感”) 中, 格言叙事感知对地方依恋展现出最强的正向预测力 ( $\beta=0.562, p < 0.001$ )。该路径系数在所有直接路径中数值最高, 说明格言作为一种嵌入空间的符号化文本, 其首要心理产出并非直接作用于情绪状态, 而是通过激发读者对图书馆的情感联结来实现价值转化。具体而言, 富有哲理、人文关怀或激励意义的格言标语, 配合恰当的设计、排版、材质能够有效打破图书馆作为“功能性空间”的冰冷印象, 将其重构为承载意义、记忆与身份认同的“心理地方”。这种由文字触发的意义建构过程, 正是地方依恋形成的关键起点。

最后, 在中介路径后段 (即“从情感到治愈”) 中, 即使在控制了格言叙事感知的直接影响后, 地方依恋对学习焦虑缓解度仍具有显著正向预测作用 ( $\beta=0.327, p < 0.01, 95\%CI:[0.198, 0.453]$ )。这一结果揭示了焦

虑缓解的深层心理机制: 学生之所以能在图书馆中获得情绪平复, 并非仅仅因为环境安静或设施完善, 更关键的是他们在该空间中建立了心理安全感、归属感与自我一致性。当读者将图书馆视为“我的地方”而非自习室时, 其内在防御机制得以放松, 认知资源得以释放, 从而更有效地应对学业压力。

#### 2. 中介效应的成立判定与效应占比

为进一步厘清格言叙事感知影响学习焦虑缓解的作用机制, 本研究对直接效应、间接效应及其相对贡献进行量化分析。结果表明, 地方依恋在格言叙事感知与学习焦虑缓解之间发挥了显著且具有理论意义的部分中介作用。

首先, 直接效应依然显著, 体现格言的“语义疗愈力”。在将地方依恋纳入模型后, 格言叙事感知对学习焦虑缓解度的直接效应仍达到统计显著水平 ( $\beta=0.261, p=0.001$ )。这一结果说明, 即便剥离了由空间情感联结所引发的间接路径, 格言本身所承载的哲理内涵、激励话语或人文关怀仍能通过认知重构、注意力转移或积极暗示等心理机制, 直接作用于读者的情绪状态。例如, “静以修身, 俭以养德”可能瞬间唤起学生的自我调节意识, 而“你读过的书, 终将成为你的光”则可能激发希望感与内在动力。这种不依赖空间归属感的“语义能量”, 构成了格言景观心理干预功能的重要组成部分。

其次, 中介效应显著成立, 可以有效验证“情感桥梁”机制。间接效应为  $0.542 \times 0.413 = 0.224$  (95%CI:[0.107, 0.414]), 其置信区间完全位于正数范围内且不包含 0, 符合中介效应显著性判定标准。这充分证明格言叙事不仅直接影响情绪, 还通过增强读者对图书馆的地方依恋, 间接促进焦虑缓解。换言之, 格言不仅是“话语”, 更是空间的意义, 促使读者从“使用空间”转向“认同地方”, 从而在心理上获得更深层次的安全感与归属感, 进而缓解学业压力带来的负面情绪。

最后, 经计算地方依恋产生的中介效应占总效应的比值为 46.2% (0.224/0.485)。该比值表明, 地方依恋解释了格言叙事影响焦虑缓解总效应的接近二分之一, 但并未完全遮蔽直接路径。依据现代中介分析标准, 此结果明确支持部分中介效应的成立<sup>[6]</sup>。这意味着格言景观的心理干预效能是“双通道”并行的: 一方面通过语义内容直接安抚情绪, 另一方面通过构建人-

表 2 地方依恋的中介效应路径系数表

路径关系	效应值 (Effect)	SE	t	p	95%CI
格言感知——焦虑缓解 (总效应)	0.485	0.065	7.46	.000	[0.357, 0.612]
格言感知——地方依恋	0.542	0.058	9.34	.000	[0.428, 0.656]
地方依恋——焦虑缓解	0.413	0.072	5.74	.000	[0.271, 0.554]
格言感知——焦虑缓解 (直接效应)	0.261	0.078	3.35	.001	[0.107, 0.414]

地情感纽带间接舒缓压力。两者相辅相成，共同构成图书馆作为“疗愈性空间”的完整心理作用图谱。

#### 四、高校图书馆格言景观的优化策略与建议

##### (一) 叙事内容精准化表达

图书馆格言景观的建设应告别“全馆一策”的传统模式，转向基于空间功能与心理特质匹配的分区叙事策略。首先，针对普通学习区存在的高密度“状态焦虑”，应重点强化陪伴与减压叙事。通过投放如“流水不腐，不舍昼夜”等强调自然韵律与长期积累的陪伴型格言淡化迫切的竞争压迫感，帮助学生将视角从成败焦虑转向对学习的从容接纳。其次，对于考研、考证等深度学习专区，叙事逻辑应迅速切换至力量与重塑维度，面对备考后期极易出现的心理疲劳与特质焦虑，配置如“疾风知劲草”等具有视觉冲击力与精神感召力的力量型格言为学生搭建起认知的脚手架。这种叙事模式的核心在于重构个体的自我效能感，引导学生将眼下的学业高压重新定义为自我成长的必经淬炼，从而将消极的逃避情绪转化为深层的自强驱动力。最后，在休闲与步行过渡区则应巧妙引入哲思与自省叙事，这些空间属于“心理留白”地带，正是学生视线游离、思维跳跃的瞬间。通过布置如“认识你自己”等极具穿透力的自省型格言，诱发读者的深层自我对话。这种叙事通过引导学生收回投向他人的比较视线，专注于自身价值的确认，从根本上稀释了因盲目社会比较而产生的虚无感与长期焦虑，完成了从物理停留向精神归属的最终跨越。

##### (二) 叙事内容视觉化表达

针对实证研究中物质载体对地方认同的高贡献率，图书馆格言景观的建设重点应实现从表层化的墙面装饰向深层化的系统性景观营造转型。首要体现为对载体材质的去冷化，传统不锈钢或亚克力材质虽易于维护，但其工业化的冰冷质感往往在无形中加剧了疏离感，难以诱发深层的情感共鸣。因此，在陪伴型叙事场域中，应策略性地引入原木、生态棉布或具有自然纹理的复合材料作为文字载体，利用材质天然的低反射率与物理温感激发视觉与触觉的联觉效应。这种感官层面的温度补偿，能够有效消解公共建筑的生硬性，在生理与心理的双重维度上增强学生对场域的归属感。与此同时，视觉传达系统的精细化设计是提升叙事感染力的核心手段。在字体修辞上，应摒弃过于刚硬、带有强制性暗示的等线体，转而采用更具人文温度的衬线字体，以字体的性格特征来柔化信息的传递。版式逻辑则需严格遵循视觉传播规律中的“呼吸感”原则，通过大幅度增加负空间来规避视觉信息的过载，确保格言在繁杂的物理环境中能够成为引导注意力恢复的视觉焦点。此外，格言的物理锚固高度应精准对接人机工程学参数，将其设置在学生坐姿状

态下的视平线区间内。这种基于行为特征的精细化布局，旨在营造一种平等且温情的“视线偶遇”，使文字符号在读者低头沉思与抬头瞬息的交互中，完成从物质景观向心理景观的深层转化。

##### (三) 空间交互常态化

为了确保格言景观能够超越表层形式的装饰性并维持长效的愈疗功能，图书馆应致力于构建与读者之间的深度动态互动机制。这一机制的实现依赖于叙事权力的下放与空间意义的共创。通过定期开展“馆员-学生共建”活动，将学生从单纯的信息接收者转化为叙事内容的筛选者与参与者，能够极大地激发读者的主体意识。这种参与式设计从根本上消解了制度空间的疏离感，促使学生建立起强烈的心理所有权，从而完成从“图书馆格言景观”向“精神坐标”的情感转化<sup>[7]</sup>。

#### 五、结语

本研究通过实证分析证实，高校图书馆的格言景观不仅是校园文化的点缀，更是一套通过情感共鸣缓解学生学习焦虑的系统。研究揭示了“格言叙事感知—地方依恋—焦虑缓解”这一核心逻辑链条，其中地方依恋在整个心理愈疗过程中发挥了显著中介作用，有力证明了格言景观的治愈力本质上源于其对场域情感归属感的重塑，即通过增强读者的身份认同成功将物理空间转化为心理庇护所。尽管本研究在样本覆盖面及生理指标测量上存在一定局限，但其成果为图书馆的文化营建奠定了实证基础。未来研究可进一步结合数字化叙事与生物反馈技术，探索动态交互环境下的精准心理干预。真正让图书馆成为学生在高压学业征途中汲取精神力量的家园。

#### 参考文献：

- [1] 龙迪勇. 叙事学研究的空间转向 [J]. 江西社会科学, 2006(10):61-72.
- [2] 段义孚. 恋地情结 [M]. 志丞, 流苏, 译. 北京: 商务印书馆, 2018.
- [3] ALTMAN I, LOW S M. Place attachment [M]. New York: Plenum Press, 1992.
- [4] HIDALGO M C, HERNANDEZ B. Place attachment: Conceptual and empirical questions [J]. Journal of Environmental Psychology, 2001, 21: 273-281.
- [5] 梁灿兴. “大学生信息素养与心理调适的关系” 4000 例调查的描述性统计分析 [J]. 图书与情报, 2010(1): 79-84.
- [6] 温忠麟, 叶宝娟. 中介效应分析: 方法和模型发展 [J]. 心理科学进展, 2014, 22(5): 731-745.
- [7] 沈瑶, 杨燕, 木下勇, 等. 参与式设计在社区设计语境下的理论解析与可持续操作模式研究 [J]. 建筑学报, 2018(S1): 179-186.