

英语教学中焦虑心理的表现与矫正

刘文娟

(瑞金市教育局教研室 江西 瑞金 342500)

[摘要] 中学英语课堂教学中, 由于对课堂教学中的心理调控、营造良好的课堂心理环境等却缺乏足够的认识许多学生课堂上会出现不同程度的焦虑。适度的焦虑对学习起到积极作用, 而过度的焦虑则会影响学生的学习。

[关键词] 焦虑心理; 适度; 矫正

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.635

英语学习中的焦虑情绪主要指学生在学习和运用英语过程中产生的害怕, 不安, 紧张以及自我怀疑等不良感觉, 是作用于英语学习的诸多情感因素中最关键的心理变量之一。从辩证法的角度看, 任何事物都应从正反两方面看: 焦虑除了类型有别外还应该有一个程度问题, 尽管焦虑的程度难以确定, 但在学习一种新的语言前都一定的焦虑, 担心学习不好的心理有时能产生更大的动力。焦虑感过多或过少都可能成为阻碍英语学习获得成功的因素。所以对焦虑的认识不应该只停留在它的不利方面。如果压力适中, 就会起积极作用, 但压力过大, 又会转化为消极作用。

一、英语学中学生焦虑心理的表现和成因

1. 学生焦虑心理表现

因为存在学习英语特有的胆怯心理, 学生在学习过程中往往表现出某些特定的行为, 出现上课注意力分散, 跟不上教学进度的状况。如上课回答问题时, 害怕回答错误会被教师批评、学生嘲笑, 因此站起来时往往动作很慢, 回答时声音也很小, 他们不应该有的发出单词的读音, 有的甚至根本回答不出来。久而久之, 这些学生回答问题的积极性越来越小, 和没有焦虑心理的学生比起来, 他们不愿意主动的思考和回答问题, 也不愿意表达他们自己的观点。他们在课堂上缺少了应有的学习热情。

2. 学生的焦虑心理引起的教学问题

学生的焦虑心理是妨碍英语学习的情感因素之一。焦虑心理较严重的学生, 一进班级就会产生一种压抑感, 害怕上课, 不愿意学习, 遇到困难容易放弃。他们的学习成绩也较差, 在课堂上不敢说英语, 听说训练课时他们害怕展示自己的学习成果, 长期焦虑, 就会导致一种恶性循环。这些学生往往也会成为“哑巴英语”的代言人。受焦虑心理影响的学生如果课堂上长期不被提问, 就会觉得上课不会提到他了, 那么上课更容易开小差、做小动作、不动脑筋思考问题, 偶尔被提到就更容易采取拖延回答问题的时间来解决, 或者站起来回答也是含糊不清, 说不清楚。这种情况下, 势必会影响整个课堂的学习氛围以及教学进度。

二、课堂焦虑心理调控的方法

1. 需要良好的课堂气氛

古语云, 亲其师才能信其道。师生关系好了, 距离接近了, 师生之间沟通与交流畅通无阻, 课堂环境轻松愉快。轻松愉快的气氛是师生双双向学达到理想的最佳效果。良好的师生关系, 轻松的课堂气氛是英语课降低焦虑提高效率的一个前提条件。

课堂上, 学生往往希望教师在教学过程中用各种各样的教学方式来进行教学, 以延长他们注意力集中的时间。课堂提问以及课堂讨论中, 教师应鼓励每一位学生, 尤其是存在焦虑心理的学生积极参与。课堂上要保证学生们有足够的思考时间, 鼓励他们在讨论的过程中, 积极表述自己的观点。让他们成为课堂的主体, 课堂气氛自然会变得轻松活跃。教学过程中, 教师面带微笑, 也是一种拉近师生关系的有效方法。教师的亲和力和力量会让学生觉得愿意跟着这个教师学习, 同时对存在焦虑心理的学生来说, 也带动了他们的学习积极性。这在一定程度上, 起到了缓解课堂

学习气氛的作用, 让学生们能更好的学习。

2. 激发每个学生积极参与

中学英语的日常对话表达较多, 课堂上可以充分利用这一特点, 开展一些与教学相关的活动, 如让学生进行多种形式的对话表演, 让他们亲身体会不同角色的所处的语言环境。根据教学的需要, 课堂上也可以多做一些有益的小游戏, 如接单词、接句子或猜英语字谜等, 在小组之间进行比赛。游戏中也可以加强学生对所学内容的巩固。课堂提问要有层次性, 启发性, 针对每一层次的学生要设计难易不同的题目: 让基础较差的学生回答简单的问题, 基础好的学生回答较难的问题, 需要讨论的时候实行小组合作的形式, 让不同水平的学生在一起进行对话、讨论、归纳出他们自己的观点, 这个过程中他们相互之间会自觉的进行纠错, 并且为了说服对方, 也会讲解对方不理解的知识。彼此间更容易形成一种良好合作的学习关系, 存在焦虑心理的学生也能较快的适应课堂。课堂上讲解到关键点或难点的时候, 停一下, 留下学生特定的思考时间, 适当的“留白”, 激发学生的参与意识, 往往会有意想不到的效果。

3. 调整学生的焦虑心理状态

(1) 不纠错或少纠错, 帮助学生建立模糊容忍度。心灵主义者认为: 错误是走向完全的路标, 人很难不犯错误, 应予容忍, 不加以纠正, 在以后的学习中自然会得以更正。外语学习是一种“模糊情境”, 学习者面临不熟悉的语言体系和文化背景, 因而实际中有大量非结构、随机应变的因素和难以确切把握的信息暗示, 这种模糊情境常被视为威胁并引起心理不适。目前“学以致用”的交际性英语教学要求要求我们转变方法, 重实际轻语法, 帮助学生进行必要的心理调整, 包括克服害怕出错、羞与交往的心理、对否定评价的“脱敏”, 减低监察意识和提高模糊容忍度。

(2) 这些焦虑心理较严重的学生往往认为自己不具备学习英语的能力, 作为教师, 可以用一些空闲时间和这些学生谈心, 了解一下他们心里的真实想法, 帮助他们找出身上的闪光点, 给他们多一点宽容和理解, 多一点正面、积极的评价, 用真诚的爱心去化解他们心里的担忧, 从而帮助他们树立学习英语的信心。克服英语学习中焦虑感, 需要学生和教师的共同努力。作为教师, 有责任培养和调动学生学习英语的积极性, 增强他们的自尊心和自信心, 增强英语学习的动机和兴趣, 指导他们正确的认识学习。课堂上, 教学应不断改进教学方法, 了解学生的心理需要, 营造轻松活泼的课堂气氛, 让学生在鼓励中不断进步, 达到更好的学习效果。

因此, 老师一方面让学生明白英语学习是一个长期的循序渐进的过程, 不能急于求成, 要以平和的心态对待外语学习中遇到的困难; 另一方面也应该让他们完成力所能及的任务, 使他们能动起来, 而不是无所事事。这样既可以促进学习的动力又可减少情感障碍, 对不同的学生和不同的学习任务, 我们应该采取不同的教学方法, 趋利避害, 尽可能地抑制焦虑在语言学习中的消极作用, 同时充分发挥其积极作用。

写人记事作文细节描写能力提升探究

谭慧

(佛山市顺德区云路小学 广东 佛山 528300)

[摘要] 写人记事作文中的描写手法多种多样, 其中, 细节描写的运用尤为重要。细节描写是展示不同人物与故事独特魅力的方法, 在多种文体中都有作为的天地。本文将从写人记事作文概况、细节描写能力的重要性、提高细节描写能力的具体方法、细节描写能力对于学生写作能力的现实意义四个方面进行探究, 提高学生写人记事作文中细节描写的能力。

[关键词] 写人记事作文; 细节描写; 写作方法

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.636

一、写人记事作文概况

写人记事作文, 是对故事人物的描写或对事件经过的描述的一种文体形式。其写作难度跨度极大, 写作对象也极其广泛, 从记录市井生活中的鸡毛蒜皮, 到描绘一整个时代的变迁, 即社会生活和整个人类活动。文从于心, 心生于常。日常生活这一描写对象赋予了写人记事作文理想与现实并存、深邃与感动兼备的文学风格。不同的人笔下有着完全不同的文学感染力, 而写人本身, 又作为写作对象为这一文学形式的创作提供素材。因此, 得益于生活的魅力, 写人记事作文一直以来就作为人们写作启蒙的文学形式, 以及人类最高文化瑰宝的表现载体。

二、细节描写对于写人记事作文的重要性

(一) 提高文章辨识度与特色。在同一时代背景、社会性质、经济水平、文化氛围的影响下, 一个地区甚至一个大陆上人们的社会生活都基本相似, 大同小异。然而, 写人记事文章仍然能够层出不穷, 各具感动。究其原因, 就是因为这些文章作者发现了不同人物, 不同事件之间存在的微小差异, 并将其写进文章中。甚至有的文章将这种细节放大, 通常反映出与大众心理预期相悖的生活事件, 这种描写手法即为细节描写。每一处细节描写都是对生活差异细微的一次展现, 积少成多, 善于运用细节描写的文章, 相比其他千篇一律的文章则更具有更高的辨识度。以鲁迅先生的《少年闰土》一文为例, 开篇对于少年月夜刺猹的细节描写, 将一件普通的守夜事件写的活灵活现, 极具辨识度。

(二) 提高作者文笔水平。与一般描写手法不同, 细节描写对于作者的文笔要求更高。细节描写在表现内容上要求既繁又简, 即既要有细致入微的描写, 但又要慎重选择有代表性的细节刻画。不然就会造成文章内容冗杂, 表达内容上也有失偏颇。因此, 对于细节描写的掌握与灵活运用, 可以在一定程度上提高作者的文笔水平与写作实力。

三、提高细节描写能力的具体方法

(一) 对生活细致入微的观察。对于写人记事作文而言, 要想将事物描写得生动形象, 就离不开对于生活的细致观察。事物之间的差异或大或小, 类型千变万化, 所以, 要有一套观察生活的方法体系, 不能盲目的观察记录。具体方法有调动多感官体验、有主次地观察人物特点、有次序地观察事件经过这几方面。

1. 调动多感官体验。生活带给观察者的体验是立体的, 因此观察者的观察方法也应该是立体的。初学者容易犯的错误就是只懂得用最基本的看来感受生活, 这样会少了很多故事的真实性、丰富性以及立体感。如古文《口技》一文中, 文章有文字展现出一场声音表演, 正是细致地观察出口技表演时口技人的演绎, 并且观察到了观众的反应。在屏障内“墙倒屋塌”之时, 屏障外的观众们“两股战战, 几欲先走”, 将声音与动作结合起来, 更能表演出故事的丰富多彩。

2. 有主次地观察人物特点。在写人记事作文中, 人物是必不可少的因素, 关于描写人物的方法多种多样, 如神态、心理、动作、语言、外貌等多种描写方法, 而这些方法看似侧重不同, 但都是为了一个目的服务, 即增加人物辨识度。不同的描写方法所带来的整体效果是一致的, 即放大人物的某一或若干特点。在观察人物时, 要注意人物身上最为显著的特点, 在刻画人物时选择合适的描写手法有意识地突出这一特点, 可以取得很好的效果。再如《少年闰土》中, 鲁迅先生对于对于闰土的紧张、腼腆的神态做了细致的描写, 一个害羞、质朴的农家少年形象便跃然纸上。

(二) 对于经典教材的学习。模仿是学习过程中有效的方式之一, 通过对强调整节描写的名著的阅读学习, 初学者可以较快的掌握细节描写的手法, 了解运用了细节描写的文章的整体感觉如何, 为自己的创作提供标杆。众多经典作品中, 经典教材因其叙述的规范性、主旨的明朗性、文笔的通俗性无疑是适合初学者学习的。对于经典教材的透彻学习, 可以极大的提高细节描写能力以及对于文章的整体把握。如《我的叔叔于勒》一文中, 通过细致刻画家人前后语言、动作、神态的不