

小学英语教学与心理健康教育的结合研究

秦丽

山东省邹城市西关小学

摘要：小学英语课程具有显著的育人功能，旨在完善学生的核心素养，培养学生的语言技能、文化品质与情感态度等。而心理健康又与学科核心素养之间有着紧密的关系。小学阶段学生的心理状况应得到及时关注，因学生正处于信息洪流中，其价值观尚未完全形成。然而，传统教育模式过于强调语言知识的传授，而忽视了对学生心理健康的培养，致使学生在面对学习压力时，容易产生焦虑情绪。聚焦这一背景，本文深入分析了小学英语教学与心理健康教育的结合价值与对策，剖析了存在的问题，以促进学生心理健康发展。

关键词：小学英语；心理健康教育；结合策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.04.144

引言

近年来，新课改深入推进，改变了现有的知识结构与传统教学模式，意味着教育者仅仅教授理论知识是远远不够的，应及时关注学生的心理状况，培养学生乐观、积极向上的学习心态，进而培养出德智体美劳全面发展的新时代青少年。具体地在实践环节，教师应结合学生的认知特征，以及具体的教学工作，树立生本理念，注重对学生良好习惯与意识品格的塑造，通过创设情境、加强情感教育等方式，开展相应的教学活动，有利于健全学生的品格，突显学科教学成效。

一、心理健康教育融入小学英语教学的重要性

（一）有利于提升预防和早期发现心理问题

小学阶段是学生心理发育的关键期。由于受外界各种因素的干扰，学生会面临心理困扰，若得不到及时的缓解与解决，学生容易产生厌学与焦虑心理，不利于学生的心理健康发展。通过将心理健康教育元素融于课程内容，在课堂上不断观察学生的情绪和行为表现，能够及时发现学生存在的心理问题，从而制定针对性的措施，如：与学生及时交流、沟通，了解学生的心理困惑，掌握其心理需求，并及时给予帮助，有利于从根本上避免问题进一步恶化。

（二）有利于推动教学改革与创新

传统视角下的小学英语教学模式过于注重对学生语言技能的训练，而忽视了心理健康教育的实际价值，容易制约学生综合能力的发展。新形势下，当代教育不仅要关注学生知识与技能的掌握程度，更要重建学生观，教育者要深刻意识到学生成长具有生动性与多面性，视学生为多维、生动发展的个体，其发展涉及知识、思维与道德等多层面。通过深挖教学内容中的心理健康教育

元素，开展富有个性化与启发性的教学活动，不仅能够有效丰富教学手段，还能营造出积极的教學氛围，使英语课堂更富吸引力。

（三）有利于培养学生的情绪管理能力

小学阶段学生正处于情绪发展的重要时期，学生的日常生活大部分时间都在学校度过。虽然一些学校设立了心理咨询室，并会定期组织有关心理健康教育的相关宣传活动，如：心理健康讲座、共青团活动等，但其教育活动的开展方式相对直接，难以深入影响学生的思想。通过在日常课程中穿插心理健康教育内容，引导学生表达自己的情绪，有利于学生在汲取英语知识的同时，掌握有效的情绪管理技巧。

二、小学英语教学与心理健康教育结合面临的挑战

（一）传统教育模式的影响

目前，新课改倡导素质教育，意味着当前学科教学模式需呈多元化与创新化，以满足当前教学改革的具体要求。然而，受传统教学观念的影响，大多数现行的教学模式依然关注学生对单词与语法等知识的掌握，而忽视了学生在获取知识过程中容易产生的畏惧与压力等问题。同时，在传统教育观念的影响下，心理健康教育在小学英语教学中往往被边缘化，一些教育者并未对其给予高度的重视，致使心理教育教学目标难以在学科教学中得到深入落实。

（二）学生心理需求的忽视

在获取英语知识过程中，学生不仅要积累一定的词汇量，还要掌握相应的语法规则，更要面对期末的测评，致使学生的学习压力较大，尤其对于一些心理抗压能力弱的学生而言，学生会存在害怕考试，担心受到批评等心理。在实际教学中，教师往往忽视了学生的情感需求，

缺乏对学生的情感引导,以及人文性理念,容易对学生的心理健康产生负面影响。

(三) 心理健康教育内容缺乏针对性

由于不同学生的心理状态和需求存在差异,因此心理健康教育内容应具有针对性和个性化。然而,在实际教学中,心理健康教育内容往往过于笼统和泛化,难以满足学生的实际需求。一方面,心理健康教育应针对不同学生的特点和需求进行个性化指导。然而,在实际教学中,教师往往缺乏对学生个体差异的关注和了解,导致心理健康教育内容缺乏针对性和实效性。另一方面,一些心理健康教育活动缺乏深度和广度,仅停留在表面形式上,难以触及学生的内心世界和深层次的心理需求。

三、小学英语教学与心理健康教育的结合对策

(一) 创新教学模式,营造和谐氛围

当学生处于和谐、愉悦的环境下,学生的精神状态将得到有效放松,从而更愿意投入学习中。若学生精神压力过大,学生会处于紧张状态,产生压抑的情绪,在课堂上容易出现精力不集中、注意力涣散等问题,久而久之可能会发展成厌学、旷课。因此,在开展教育教学时,教师应积极转变传统教学观念,从思想上深刻认识到心理健康教育与学科教学融合的重要作用,围绕学生主体,创设和谐、温暖的教學环境,引入新型教学模式,致力于打造具有安全感气氛的教学环境,运用和谐的心理环境来点燃学生的探究热情,最终真正实现让学生乐学、爱学的育人目标^[1]。

例如:以《My classroom》单元知识点为例。在新知呈现阶段,教师可利用多媒体技术展示一组教室图片,图片中有 blackboard, light, door 等物体,结合这一组图片,引导学生进行“看图猜物”,让学生运用所学词汇读出物品的名称,从而激发学生的学习兴趣。在这一过程中,一些学生会因为害怕出错,不敢参与其中,并产生畏难情绪。届时,教师应及时给予鼓励,协助学生完成学习任务,同时运用激励的语言肯定学生的进步,帮助学生重拾自信,克服心理障碍。最后,在完成教师任务后,可鼓励学生发挥想象,绘制自己心中的理想教室,并在画中标注出每件物品对应的英文单词,不仅能提高学生的知识巩固能力,还能有效激活学生的创新思维,营造出和谐的课堂氛围。

(二) 关注学生心理需求,倡导合作交往

倡导“合作学习、合作交往”教学理念是培养学生良好人际交往能力的重要途径。在合作学习活动中,学

生能够通过合作树立积极向上的学习态度与精神,形成正确的价值取向,提高自身的社会适应能力。近年来,在新课标的积极引领下,小学英语教学目标的设立开始注重对学生自信心、情感态度与良好习惯的培养。小组合作学习已成为小学英语教学改革的重要一部分,两者有着紧密的关联^[2]。目前,大多数学生缺乏合作感与沟通能力,处于个体与竞争的学习状态,长此以往学生容易变得孤僻、冷漠。因此,在教学环节,教师要时刻观察学生的心理需求,运用小组合作学习模式开展教育教学,促使学生能够建立小组意识,重塑自我,减轻心理负担,体验成功的喜悦,最终促进自身的个性发展。

例如:以《My week》单元内容为例。在知识导入前,教师可增设课前预热环节,让学生分享自己一周的活动内容,以此锻炼学生的口语表达技能,为学生提供情感表达机会。接下来,在课堂教学环节,可引导学生结合文本中的对话内容进行角色扮演,运用英语重现对话场景。值得注意的是,部分学生性格孤僻、沉默寡言,不愿意主动与人进行交流和沟通,在划分小组时,教师可将性格外向和性格外向的学生划分到同一小组。在合作过程中,学生之间能够相互取长补短,内向的学生能够在他人的带动下拓展自己的思想,逐渐敢于尝试,并展示自己的特长,与他人建立积极的合作关系,从而减少孤独感和焦虑感。

(三) 关注个体差异,因材施教

新课标要求教育教学要面向全体,帮助每一位学生获得进步^[3]。由于个体的学习水平与兴趣爱好等方面存在显著的差异,在日常学习过程中,学生所面对的学习与心理困惑各具不同,需要定制化的教学与心理辅导方案作为支撑。因此,在统筹整体的教学战略时,教师应做到以学生为中心,尊重个体,赋予学生课堂主动权,设置个性化的教学方案,在设计问题时需尊重学生的认知特征,善于采用分层教学手段,结合学生的学习能力,设置不同难度的任务,尤其针对英语基础薄弱的学困生,应帮助其消除自卑心理,树立自信心。

例如:以《What would you like?》单元知识点为例。在导学时,教师可通过课堂观察、日常测验等方式,了解学生的实际学情,以此设计出不同难度的学生任务,帮助学生树立自信心,建立积极向上的学习态度。如:针对学困生,可设计基础性的问题,如:“What would you like to eat /drink? 这样的问题具有一定的直接性,且易于回答,能够帮助学生更好地理解文本内容,

在潜移默化中学生的自信心将油然而生。针对基础较好的学生,教师可出示一组词汇,如: tea, rice and vegetables, water 等,让学生运用所学句型 What would you like? I'd like... 进行对话,不仅能有效提升学生的语言技能,还能进一步锻炼学生的英语思维能力。当学生完成学习任务后,教师应针对学生的学习成果进行点评,尤其针对学困生,教师应积极给予回应与表扬,如: Good job! 或 Well done! 以此促进学生的心理健康发展。

(四) 利用榜样引领,培养抗挫能力

语言的学习是一个日积月累的过程,需要学生付出大量的时间和精力。在获取习得的道路上,一些学生往往在短期内看不到学习成效而中途放弃,产生厌学情绪容易影响学生的一生。研究表明,我国中小學生约 30% 心理疾患源于幼时挫折未获得正确引导^[4]。因此,聚焦教学实践,教师应深挖教材,合理利用教学资源,结合文本主题渗透心理健康教育元素,有意识、有目的地引导学生树立坚强的意志,培养其耐挫能力,促使学生在学习英语知识的道路上树立坚韧不拔、不惧困难的学习精神,形成积极向上的情感。

例如:以《What's he like?》单元为例。依据单元标题,学生能够掌握格和外貌的词汇和句型,如: He is kind、She is clever 等。在导学过程中,教师可介绍爱迪生、居里夫人等科学家的事迹,讲述其在进行科研工作时遇到的重重阻碍,以及其是如何克服困难获得成功的。在这一过程中,教师要找准时机,展开激励教育,让学生明白在求知的道路上会遇到多重挫折,但不要轻言放弃,要学习爱迪生永不放弃的精神和居里夫人勇于应对困难的心理品质,从而在潜移默化地培养学生的耐挫能力,帮助学生学会如何面对生活中的挑战。

(五) 巧用暗示教学法,增强自信心

暗示教学法是一种优质且有效的教学方法,其教学方法可追溯到 20 世纪 60 年代中期,旨在辅助主体在愉悦的环境下,发挥内部潜能,快速掌握技能^[5]。小学阶段学生汲取知识的途径源于课堂,随着语法、时态等知识点的出现,使得知识难度逐渐加大,加之缺乏良好的语言环境,导致学生缺乏学习自信,进而形成了消极心理暗示,在长期这一消极心理暗示的影响下,学生的学习兴趣与热情逐渐减退,最终产生厌学情绪,无法形成强烈的探究意识与学习动机。因此,在设计教学大纲时,教师可采用暗示教学法,为学生创设积极的心理暗示情

境,利用言语鼓励和面部表情的正面暗示,转变学生的学习心态,减轻学生对英语学习的恐惧感,有利于学生充分发挥自身的主观意识。

例如:以《In a nature park》单元内容为例。在新知呈现阶段,教师应积极进行言语暗示,以激励、肯定的口吻来对学生进行鼓舞。如:在句型练习环节,教师可鼓励学生主动说出自己对自然公园的美好想象,如: There is a beautiful lake in the nature park。由于学生的语言表达能力参差不齐,对于英语表达能力偏弱的学生,学生在练习环节会出现词汇搭配不当、句子结构构建能力不强等问题。届时,当学生能够积极表达表达时,教师都应积极给予回应,给予肯定的眼神和言语鼓励,如: Great imagination! 通过在课堂教学环节,不断应用语言鼓励学生,能够形成激励效应,促使学生的内心深受鼓舞,在无形中汲取到心理健康教育的养分,逐渐学会以积极的心态面对学习挑战,发自内心地想要学习。

结语

总而言之,实施心理健康教育是一项既复杂又系统的任务,需要教师在致力于提升学生英语能力的同时,也要密切关注学生的心理状态,进而助力其道德观念的提升。同时,教师不仅是文化知识的传播者,更是学生身心健康的保护者。在实施教学方案时,教师应不断关注学生的心理健康,引导学生树立积极向上的情感态度与正确的价值取向,在传授语言知识的同时,教会学生如何学习,及时发现学生在心理健康方面存在的困难,并给予针对性的关怀和指导,为学生提供良好的教学服务。

参考文献

- [1] 李春娜. 心理健康教育与英语教学的融合艺术——评《英语教学与课堂实践》[J]. 热带作物学报, 2021, 42(04): 1263.
- [2] 李莹. 试述英语教学中如何渗透心理健康教育[J]. 现代英语, 2020, (02): 35-37.
- [3] 屠韵依. 基于陶行知教育理论的小学心理健康教育策略[J]. 亚太教育, 2021, (22): 62-64.
- [4] 薛洁. 心理教育在中小学英语教学中的应用[J]. 知识经济, 2017, (05): 170-171.
- [5] 陈晓明. 小学心理健康教育与德育的融合策略[J]. 华夏教师, 2022, (36): 32-33.