

# 浅析在英语教学中融入心理健康教育

胡小霞

(重庆市北碚区王朴中学校 重庆 400717)

**[摘要]**为了符合现代教育理念所倡导的素质教育,要求学生德、智、体、美全面发展。因此,在进行学科教学的同时,还应注意心理健康教育的整合,因为学生的心理活动决定着学习的结果。在英语教学中,有必要创建一个和谐的学习氛围,提供指导,帮助指导每个学生的心理需求,调动积极性,帮助学生找到成就感和自信。在愉快的教学氛围中,学生可以达到全面改善身心健康。将心理健康教育渗透到英语教学中,既能提高学生的认知能力,又能保持学生的心理健康。

**[关键词]** 英语教学; 关爱; 心理健康

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.06.397

## 前言

随着社会的改革和发展,对人才综合素质的要求越来越高,培养学生良好的心理素质显得越来越重要。同时,应根据素质教育的要求,将心理健康教育融入学科教学,培养学生的学习和自信心,培养学生健全的人格,为学生今后的发展奠定基础。如何使学生拥有健康的心理,坚强地面对学习和生活中的挫折和挫折,是当今教师应该深思的问题。下面我将谈谈把心理教育融入英语教学中的一些尝试和体会。

### 一、心理健康教育融入现代学科教育的现状

随着教育改革的深入,素质教育已正式进入历史阶梯。新课程标准要求高中英语课程教学活动,其中需要注重进一步提高学生的国民素质,以培养学生的核心素质为基本任务。然而,由于当前教育体制的局限性和发展的必然性,当前中小学教育仍以应试教育为主,素质教育并没有达到预期的效果。心理健康问题是影响学生健康发展的关键问题。

在目前的背景下,“健康”的定义不仅仅局限于身体健康,还需要一种健康和社会适应性的心理状态。因此,学校教育活动不仅要关注学生的知识,更要关注他们的心理健康。社会领域的多元价值会影响学生的心理健康,学校教育不仅需要“教书”功能,敢于承担“教育”也是一个重要的任务。在英语教学活动中,教学过程也在英语语言和文化的教育,学生学习学科知识容易恐惧,在学习的过程中生活将产生更多的障碍,心理健康教育课程的想法,教学活动融合对科学教育具有现实意义。在此背景下,将心理健康教育纳入“外语”英语教学并不理想。教师迫切需要采取行动,实现现代教育与心理健康教育的融合。

### 二、英语教学中融入心理健康教育的必要性

#### (一) 有助于构建和谐师生关系

课堂气氛是一个重要的基础,促进课堂教学目标,教师在学科教学活动的关注学生的心理健康状况,让学生感受到尊重和关注为了实现相互尊重和相互信任的师生关系,并帮助实现更理想的教师和学生之间的互动,建立和谐的师生关系,以促进基础,促进课堂教学效率。

#### (二) 有助于促进学生的学习兴趣和培养

培养学生的学习兴趣是英语课程教学活动中应注意的关键问题。学生的主观学习兴趣是引导学生产生主动学习行为的关键因素。新课程标准要求教师在学科教学活动中注意将学生的学习兴趣转化为学习动机。对于英语课程,教师应该能够建立学生对语音学习的信心,减少学生对英语学习的负面情绪。因为英语学习,许多学生在学习英语课程将产生强劲阻力,结合高中英语课程学习困难,关注学生的心理健康,可以使教师准确洞察困难在学习活动中,提高教学活动的针对性和有效性,为了实现教育目的是培养学生的学习兴趣。

#### (三) 有助于拓展高中英语的教学资源

在高中英语课程整合的心理健康教育理念,教师应根据传统的教学活动,重视深入挖掘和扩展教学资源、心理健康教育资源融入教学材料应用于课堂教学,丰富教学资源,与应用程序生成的教育资源,能够充分发挥心理健康对学生的塑造和人生价值观的引导作用,以提高英语教学效率。

### 三、英语教学中融入心理健康教育的有效途径

#### (一) 营造和谐、愉快的课堂氛围

尊重和信任是相互的。在民主、平等、自由、生动的心理环境下,一种真正的良师益友关系迅速建立起来。这是促进学生心理健康发展的前提和客观基础。在课堂上,教师应该问候:“How are you feeling today, boys and girls?”就像朋友见面时表现出真诚的关心,当学生表现出亮点或取得进步时,老师应该给予充分的肯定和表扬:“You’re doing fine.”或者“You’re really good.”帮助他们进一步树立信心,坚定信念;当学生有疑问或困难时,老师应该热情地帮助:“What’s wrong with you? What can I help you?”为了赢得“患难见真情”的实质效果,在学生开展各种活动时,教师应积极参与。“人非草木,孰能无情?”从信而为,“亲师信道”的作用,在潜移默化中发挥作用。

#### (二) 倾注真诚的师爱 建立融洽的师生关系

教学本质和基本任务是创造一个让学生感到安全,松散,消除心理压力和负担的情况下,让学生敢于自动和有勇气说,自由想象和创造,即自我实现的教学是学生创造一个安全轻松的学习环境,使学生能积极参与教育过程。

### 1、重视情感投资

没有爱就没有教育。还记得教育家赞科夫说过：“教师之爱是儿童身心发展过程中一种最佳的营养剂。”实践证明，教学过程是双方感情和思想的交流，师生关系直接制约着学生的学习积极性，影响着学生认知活动的效率。教师应重视情感投入，向学生传达自己真挚的爱，以亲切、鼓励、信任、尊重的情感信息，使学生不怕犯错，敢于与众不同，形成良好的学习心理。

### 2、平视和尊重学生

在课程改革的背景下，要求教师要改变心态，改变以往居高临下的权威心态，尊重每个学生的人格、情感和智力，用亲切的面孔，用平等和谐的语气与学生沟通，缩短师生之间的“心距”。在尊重学生的问题上，我们应该经常反思在我们的教学行为中，其实有很多地方忽视了学生。

### 3、信任和宽容学生

我们要让我们的英语课堂充满信任和期待。对于大多数学生来说，你说他行，他就行，你说他不行，他就不行。因此在英语课堂上要多赞美，少批评，注重培养学生的自信心和勇气。要经常对他们说“Trust yourself！”“Never give up！”等激励性话语，并根据他们的接受能力，选择难度较低的任务让他们很容易就可以完成，从而获得较多的成功机会，使他们在不断地成功中树立信心，坚定学好英语的信念。

### 4、赏识和赞美学生

欣赏和赞扬学生就是承认他们的成功。美国著名教育家说过，“赞扬就像阳光”，得到别人的肯定和赞扬是人们共同的心理需求，一旦得到满足，就会成为他们积极向上的原动力。教师要善于发现学生的“闪光点”，并及时给予表扬。

### （三）努力把健康教育寓于知识传授之中

客观地讲，许多学生并非不想学习英语，根本展示了丰富多彩的校园生活，提出并探讨了如何快原因是缺乏学好英语的情趣、信心和信念。鉴于此，教师应努力通过各类途径和方法，为他们源源不断地注入正能量元素。如，在 Body language 单元教学中，教师引导学生首先以多人学习小组为单元，对生活中的常用身势语（身体语言、手势语言、肢体语言）进行交流、讨论和共享。然后以自愿或推荐的形式选择一名代表上台表演，让其他组学生猜测表演内容并用英语表达出来。在相同时间内猜得既多又准的小组获胜。在此环境下，学生就不再害怕说英语，能够逐步走向良性发展之路。再如，教师经常渗透一些心理健康类的名句格言，Where there's a will, there's a way. / A friend in need is a friend in deed. / Happiness is the expression of confidence, is the fundamental happiness. / Good health

is above wealth, / ... 让学生在潜移默化中逐步健康地成长。

### （四）应用英语教学解决学生潜在心理问题

在英语学习中，因人而异，会有各种各样的困难。遇到不懂的知识点时，有些学生可能会因为害羞而不向老师或同学求助。当问题积累得越来越多的时候，他们就会心疼、烦躁、抑郁，甚至怀疑自己，放弃学习。此时，教师应根据学生的不同情况，从学生的心理需求出发，及时指导，有针对性地帮助学生解决遇到的问题，因为每个同学的家庭背景，社会环境的影响等因素的一部分学生心理健康有潜在的问题，如自负、自卑，怪癖，异常问题，如焦虑，将严重影响学生的学习态度和热情，在英语教学中，教师也可以与教学内容相关的教材为载体，在教学活动的心理健康援助，表现出对学生的正确反应，帮助学生走出心理健康问题，以实现心理健康教育在英语教学中的目的，帮助学生健康阳光的生活。

### （五）提升教学方法的创新能力

教育创新不仅是一种新的教育思想，更是一种需要付诸实践的教育行为。将心理健康教育融入英语教学需要教师加强教学方法的创新。根据自己的经验和知识储备，教师应根据教材，同时，根据学生的认知和接受水平，以及教学设备的具体情况，做出合理的调整或教材的延伸，扩大教学材料的来源，以便更好地融入心理健康教育。例如，在英语教学内容中加入一些与心理健康相关的时事文章，不仅可以帮助学生扩展英语知识，还可以帮助学生通过时事内容对心理健康知识有更直观、更深入的了解。这充分体现了创新教学的实践性和灵活性。同时，它也使英语教学更有趣和信息。

## 四、小结

总之，学生的心理健康来源于他们的学习和生活。将心理健康教育融入英语教学中，既符合新课程改革的要求，又符合素质教育的实际需要，也是学生全面发展和个体发展的需要。在英语教学活动中，应发挥学科教育对学生思维意识的引导作用，促进学生综合素质的全面发展。重视心理健康教育与英语学科教育的互补效应，让我们为每一个孩子的健康快乐成长一起行动！

## 参考文献

- [1] 孟冬梅. 英语课堂动机激励教学设计 [D]. 上海外国语大学, 2011.
- [2] 李天柱. 浅谈在中学英语教学中渗透心理健康教育的研究 [J]. 当代家庭教育, 2021 (23): 179-180.
- [3] 李天柱. 浅谈在中学英语教学中渗透心理健康教育的研究 [J]. 当代家庭教育, 2021 (23): 179-180.
- [4] 赵万雄. 如何在高中英语教学中加强学生心理健康教育 [J]. 学周刊, 2020 (09): 45-46.