

小学英语教学中融入心理健康教育的有效策略

●王 岚



[摘要] 本文首先分析了当前小学英语教学中融入心理健康教育的背景和意义,强调了其对学生全面发展的重要性。接着,笔者通过梳理国内外相关理论和实证研究成果,提出了一系列适用于小学英语课堂的心理健辅导方法、技巧和课程设计策略,如创新课堂活动、融入心理健康知识、采用游戏化教学方法等,并结合具体案例进行分析,确保这些策略符合小学生认知水平,满足学生的英语学习需求。本文旨在帮助小学英语教师更好地将心理健康辅导融入小学英语课堂,促进学生的健康成长。

[关键词] 小学英语教学;心理健康教育;游戏化教学;有效策略

在学科教育中融入心理健康教育对小学生的健康成长非常重要。小学英语课堂是学生学习英语的重要场所,也是对学生进行心理健康教育的有效途径。通过在英语课堂中融入心理健康教育,可以有效地帮助学生缓解学习压力、增强学习的自信心、产生积极情绪,为学生的健康成长奠定坚实基础。

心理健康教育在小学英语教学中的重要性

在小学英语教育中,将心理健康教育融入其中,通过培养学生积极的心态和自信心,激发他们对英语学习的兴趣和热情。从实际应用角度看,心理健康教育能帮助学生更好地适应英语学习环境,提高学生应对学习压力的能力,进而提升其学习英语的效率和持久动力。同时,心理健康教育也涵盖了对学生进行跨文化交际能力的培养,让学生在掌握语言技能的同时,学会尊重他人、理解和接纳不同文化背景的人,这对于他们未来的人际交往和社会适应能力具有深远影响。更重要的是,心理健康教育致力于塑造学生健全的人格特质和良好的社会适应能力,使学生在面对生活中的挑战时能够保持乐观积极的态度,勇于克服困难,坚韧不拔地追求自己的目标。这种内在的心理素质和健康的人生观、价值观,对于小学生全面而可持续的发展具有深远的影响,这是他们今后在学业、事业乃至人生道路上取得成功的基石。

小学英语教学中融入心理健康教育的有效策略

(一)课堂活动的创新

在英语课堂上,教师可以通过开展丰富多样的教学活

动,如角色扮演、小组讨论等,让学生在活动参与中感受英语的魅力,同时培养学生的团队合作能力和沟通技巧。

1.角色扮演

教师需要精心创设一系列贴近学生日常生活并具有实际意义的英语对话情境,这些情境要能够激发学生的学习兴趣并鼓励学生运用英语进行实际交流。例如,教师可以创设模拟购物的场景,让学生扮演店员和顾客的角色,用英语讨论商品特性、价格以及购买需求等。教师也可以设置问路或做客等场景,让学生在模拟对话中锻炼自己的英语听说能力和交际能力。教师根据设定的情境将学生分成不同的小组,并为每个小组内的学生分配特定的角色,确保每个学生都能积极参与其中。这个过程不仅能提高学生的团队协作能力,还能让他们在实践中学会如何运用已学的英语知识。

在角色扮演的过程中,学生不仅提高了英语口语表达能力,还加强了自己对英语知识的理解和应用。学生通过模拟对话,将语言知识转化为生动的表演。表演结束后,教师鼓励学生进行相互评价,这不仅有助于培养学生的批判性思维,还能提升他们的沟通能力和团队协作精神。同时,在角色扮演的教学活动中,教师可以巧妙地融入心理健康教育元素,以增强学生的情感认知和社会适应能力。例如,在模拟购物场景中,教师可以设计一些涉及解决冲突和情感表达的情节,让学生扮演不同角色去解决争论、协商问题,从而培养他们理解他人需求、有效沟通和合理调控情绪的能力。这种寓教于乐的方式既能帮助学生提高英语水平,又能促进他们心理健康的发展。这种教学方法使学生实现了知识学习与情感发展的双重目标。

2.小组讨论

教师设计一系列与学生心理健康息息相关的主题，如“友谊的建立与维护”“家庭关系的处理”“梦想的追求”等。这些话题贴近学生的日常生活，能够引起广大学生的共鸣，激发学生参与讨论的兴趣。教师可以将全班学生科学合理地划分为数个小组，每个小组内部的成员都积极承担起讨论任务，确保每个团队都能高效有序地进行讨论。在小组讨论环节，教师充分发挥引导者和监督者的角色，在各小组间巡回指导，密切关注各小组的讨论动态，给予学生适当的启发和引导，确保讨论内容始终围绕主题展开，使课堂讨论保持健康、积极向上的氛围。同时，教师还要鼓励学生之间开展深入的互动交流，通过提问、讨论、分享个人经验和观点等方式，促进彼此的思想碰撞和心灵沟通。小组讨论结束后，每个小组推选出一名代表，将他们在讨论中所达成的共识、未解决的问题以及提出的解决方案进行汇总整理，并通过口头陈述的形式分享给大家。在这个过程中，教师要进一步引导其他学生认真倾听、理解并尊重各小组的观点，鼓励他们积极发言，提出自己的见解和建议。这不仅可以培养学生的合作精神和表达能力，还能促进他们批判性思维的发展。

（二）融入心理健康知识

教师要在英语课堂中融入心理健康知识，关注学生的心理健康发展。这种教学方法强调学生在学习英语知识的过程中，教师要引导学生关注自己的心理健康，并培养学生正确处理人际关系和情感表达的能力。例如，在英语教学的同时，教师结合相关的心理主题，如“情感表达的恰当方式”“自我认知的重要性”等，将这些内容巧妙地融入课堂教学中。具体来说，教师可以根据教材中的课文内容，挖掘其中与心理健康相关的元素。例如，学生在讲述一个故事或进行对话时，教师可以引导学生关注人物情感变化、情绪表达以及人际关系处理等方面。通过小组讨论、角色扮演等形式，鼓励学生分享自己对故事中人物行为的看法，并学习如何正确地表达自己的情感和需求。此外，教师还可以开展一些活动，引导学生关注自己的内心世界。例如，教师引导学生通过自我介绍、分享个人经历等方式，使学生了解自己的优点和不足之处，提高学生的自我认知能力。通过这些方式，学生不仅可以在学习英语的同时，认识到心理健康的重要性，还能提升自己的心理素质和人际交往能力，具体方法如下。

（1）情感教育的融入：教师设计活动让学生学习并运用描述情感的词汇和表达方式。例如，通过展示一系列表情图片或短视频片段，让学生用英语描述其中人物的情绪状态，或者讨论不同情绪对个人生活和人际关系的影响。

（2）课堂互动与心理健康主题讨论：开展课堂讨论会或小组活动，活动围绕特定的心理健康主题展开。比如，教

师引导学生讨论“如何有效地应对学习压力”“如何建立良好的人际关系”等。通过角色扮演、案例分析、心得分享等形式，让学生在实践操作中理解和应用心理健康知识。

（3）自我认知与反思练习：教师在课堂教学中融入自我认知和反思的元素，如给学生布置写作任务——“自我介绍”“我的成长故事”，要求学生用英语介绍自己的性格特点、兴趣爱好以及自我提升的过程。教师还可以指导学生使用冥想、写日记等方法进行内心的深度反思和自我探索。

（4）情境模拟与情绪管理：教师设计模拟真实生活的情景剧表演，让学生在表演过程中体验并学习如何管理情绪。比如，学生模拟朋友间产生争执等常见场景，学会换位思考、理解他人情感，并掌握化解冲突、调节情绪的有效方法。

（5）团队协作与沟通技巧：教师开展团队合作的活动，让学生共同解决具有挑战性的问题，同时培养他们进行有效沟通、同理心倾听以及建设性反馈等技巧。这不仅锻炼了学生的团队协作能力，还有助于他们形成良好的人际交往习惯。

（三）游戏化教学

游戏化教学在英语教学中的应用越来越受到重视，它被视为一种有效且富有趣味性的教学方法。这种模式摒弃了传统课堂上单调枯燥的背诵记忆方式，将英语学习内容巧妙地融入各种生动活泼、寓教于乐的游戏活动中，从而激发小学生的内在学习动力，让他们在轻松愉快的氛围中自然而然地掌握英语知识。比如，在单词接龙游戏中，教师会挑选一个起始单词作为引子，要求学生运用丰富的词汇量和较强的联想能力，尽可能多地接单词。每个单词的首字母必须与前一个单词的尾字母相接，形成一条连贯的“单词龙”。这一过程不仅培养了学生对词汇的理解和记忆能力，而且使学生在脑海中建立起丰富的词汇联系网络，从而提升他们的语言素养和思维深度。同时，猜谜语游戏是教师用来教学新词汇和语法点的有效方式。教师可以精心编制或选取与课程内容紧密相关的谜语，这些谜语往往蕴含着新学的词汇或语法知识点。学生需要通过猜测和理解谜面，运用已掌握的知识去揭开谜底。这种富有挑战性和趣味性的游戏形式，让学生在轻松愉快的氛围中深化对新知识点的理解和记忆，同时也培养了他们的逻辑推理能力和创造性思维。

此外，游戏化教学也具有一定的综合性特点，它不仅能提高学生的英语学科素养，还能在无形中培养他们的逻辑思维能力、创新能力以及团队协作精神。在游戏中，学生需要共同思考解决问题，学会倾听、尊重他人意见，并学会适时求助或给予他人帮助，这些都是日常课堂教学中难以直接教授的重要社交技能。更重要的是，游戏化教学在培养

学生积极心态和情绪管理能力方面发挥了重要作用。通过参与各类英语游戏,学生有机会体验成功与失败,从而学会如何以积极乐观的态度面对挑战、克服困难,以及学习如何与他人合作、互相支持。这样的经历对学生的成长至关重要,能够帮助学生在未来的学习生涯乃至整个人生道路上更好地应对各种复杂多变的局面。

Q 教学成果分析

通过在小学英语教学融入心理健康教育,学生在牢固掌握英语知识的同时,也学会了如何与人相处、如何建立和维护与同学之间的友谊。在这个过程中,学生学会了尊重他人、理解他人、关心他人,从而具备了与他人建立良好人际关系的能力。这样的教育不仅提高了学生的心理素质,还增强了学生的自信心和社交能力。

教师在教学过程中,不仅关注学生的学习成绩,更注重学生的心理健康。教师发现,有些学生存在情感问题,这些问题可能会影响学生的学习和生活。因此,教师及时对学生进行了干预和指导。通过与学生沟通、交流,教师了解学生的想法和感受,帮助学生解决问题,使学生更加健康、快乐地成长。

同时,教师还注重培养学生的情感素质。教师引导学生学会调节自己的情绪,保持积极的心态。教师通过组织各种活动,让学生在实践中体验情感的变化,学会控制自己的情绪。这样的教育不仅有助于学生的心理健康,还能提高学生的生活质量。

Q 结束语

综上所述,小学英语教学中融入心理健康教育具有重要的实践意义,不仅可以提升学生的英语语言技能,而且能够培养学生具备良好的心理品质。小学阶段是学生身心发展最为关键的时期,他们的认知能力和情感世界正在迅速成长和完美。在这个阶段,实施心理健康教育能够促进小学生

形成积极乐观的人生态度,增强学生面对挑战和困难时的应对能力,并助力学生建立和谐健康的人际关系。教师通过在小学英语教学中融入心理健康教育,开展各种活动,可以让学生在参与实践的过程中自然而然地学习心理健康知识,提高学生的英语应用能力和跨文化交际能力。未来,教师需要进一步探讨如何根据小学生的年龄特点和心理需求,制定更具针对性的心理健康教育策略。同时,学校要加强家校合作,共同关注学生的心理健康问题,为小学生的全面发展奠定坚实基础。

📖 参考文献

- [1]张志莲.小学英语教学中渗透心理健康教育评价[J].教育,2024(10):124-126.
- [2]许凤华.在小学英语教学中注重学生心理健康教育[J].家长,2024(03):66-68.
- [3]金晓萍.小学英语教学中,注重积极心理健康教育的应用[J].青春健康,2023,21(18):73-75.
- [4]贾鸿鹏.小学英语教学中渗透心理健康教育的策略探究[J].新课程研究,2022(08):132-134.
- [5]张岚.例谈小学英语教学中的体验式心理健康教育[J].江苏教育研究,2019(17):52-54.
- [6]朱斯文.在小学英语教学中渗透积极心理健康教育[J].小学时代,2020(19):70-71.
- [7]包淋虹.试论小学英语教学应如何融入心理健康教育[J].中国科教创新导刊,2012(21):230.

基金项目:

白银市教育科学“十四五”规划 2023 年课题项目,项目名称:学科教学中有效融入心理健康教育的研究,项目编号:BY[2023]G063。

作者简介:

王岚(1986—),女,汉族,甘肃白银人,本科,一级教师,会宁县甘沟驿镇中心小学,研究方向:英语教育。