

# 浅析大学生焦虑心理在英语口语表达课程中影响

肖艳玲

湖北第二师范学院外国语学院, 中国·湖北 武汉 430000

**【摘要】**随着我国经济社会的不断发展进步以及改革的逐渐深入,现阶段关于大学生焦虑心理在英语口语表达课程中影响的相关探讨研究已经得到越来越多的重视。要想实现高效的课堂管理对于教育行业发展的积极促进作用,就需要重视应用严谨的心理应对机制,成功实现大学教育教学发展。本文对大学生焦虑心理在英语口语表达课程中影响进行了简要分析,以促进现代教育教学整体发展水平的提升。

**【关键词】**大学生; 焦虑心理; 英语口语表达课程; 分析研究

在大学阶段教育教学活动开展过程中,课堂焦虑是影响大学生群体提升口语表达能力的重要因素。而在学习过程中缺乏一定水平的口语表达能力,不仅会影响大学生群体英语水平提升,还会对交流和沟通产生阻碍。通过调查研究与分析可以发现,在大学阶段英语学习过程中,大学生群体产生课堂焦虑的原因具有多样化特征,需要进行更加深入的剖析和对策研究。因此,对大学生焦虑心理在英语口语表达课程中影响进行研究分析具有重要的现实意义。

## 1 现阶段我国大学生焦虑心理在英语口语表达课程的成因分析

### 1.1 英语口语课程中焦虑心理内在成因

在大学英语学习过程中,影响大学生群体英语课堂学习效果以及产生口语焦虑的个人因素主要体现在以下几点。首先,大学生群体英语课程学习自信缺失问题是导致产生焦虑心理的重要因素。在英语课堂学习过程中,焦虑程度较高的大学生群体往往容易低估自己的英语学习能力和交流能力,认为自身的英语口语水平与其他学生相比存在较大差距。因此,许多大学生群体容易产生退缩和逃避心理,在课堂学习过程中难以有效表现自己和提升自身英文水平。另一方面是大学生群体对于负面评价的恐惧心理。在英语课程学习过程中,大学生群体惧怕教师以及其他同学对其口语水平的负面评价,因此难以有效提升自身口语水平。这项原因是大学生自身内在成长因素导致,需要通过各种方式进行克服。最后是由于大学生群体在学习过程中存在不良学习习惯。在英语课程学习过程中没有做好课前预习和课前准备工作,导致在课程学习过程中对于自身要讲得英文内容没有充足把握,以致产生焦虑心理。

### 1.2 英语口语课程中焦虑心理外在成因

在英语口语课程学习过程中,导致大学生群体产生口语焦虑的外在原因也具有多样化特征。首先是教师群体的英语课堂教育教学活动中对于学生口语水平的错误预估,会导致教学内容不符合大多数学生的整体英文水平。在教育过程中教学模式的转变和对于学生错误学习方式的不当纠正方式,也会使学生产生焦虑心理。在大学阶段英语学习过程中,课堂展示频率变高,课堂交流越来越多,会导致一些大学生群体产生焦虑心理与现象。而错误的纠正方式,也会让大学生群体认为教师对于自身英文学习水平的不满。最后,在英语学习过程中,学习环境的塑造也会对学生心理产生显著影响。在英语课程教学工作开展过程中,教师讲授时间较多,而学生口语教授和练习时间较少。口语练习时间的缺乏会使大学生群体在英语课程学习过程中焦虑感显著提升,难以有效改善口语水平。

## 2 现阶段改善大学生在英语口语表达课程焦虑心理的措施分析

改善大学生在英语口语表达课程焦虑心理的措施分析具有一定的系统性和复杂性,具体而言,我们可以从以下方面展开分析和探索:

### 2.1 端正态度,加强练习解决内部焦虑问题

通过调查研究可以发现,在大学英语教育教学工作开展过程中,对于高度焦虑的大学生群体来说,通过多种方式更加积极主动地参与英语活动,可以有效提升自身的口语能力,锻炼自身对于英语课堂的适应力。当高度焦虑的学生有勇于表达自身的想法,其英语口语学习过程中产生的焦虑感会逐渐减弱。另一方面,大学生群体应当逐渐提升自身的评价能力,对自身学习过程中的口语水平产生客观评价。在学习过程中,有效改正自身的学习习惯和学习缺点,制定更加具有可行性的英语口语学习目标,可以有效通过锻炼的方式提升自身口语表达水平。最后,大学生群体还应当在学习过程中形成良好的练习习惯,在英语课堂之前,通过充分的预习工作和复习工作,反复练习口语,有效缓解英语课堂上口语表达焦虑。

### 2.2 创新教学方式解决外部焦虑问题

要想有效缓解大学生群体在英语口语表达课程中的外部焦虑,首先需要教师群体做出努力。英语教师需要注重在教学过程中的提问方式,在提问之前首先要讲明白提问问题,让大学生群体明白问题焦点,同时还可以通过放慢语速的方式缓和学生焦虑心理。其次,教师可以通过创新提问方式的方法,让大学生群体更加灵活多样的方式回答教师所提出的问题。同时,还可以通过接龙提问的方式给学生群体留出足够的思考时间。最后,在英语口语教学方式创新过程中,教师还可以通过及时给予反馈的方式,让大学生群体明白自身英语口语表达能力提升过程中的缺陷。另一方面,教师群体应当注重开创更加科学合理的课堂教学活动,让更多大学生群体积极主动地参与英语口语提升过程。在英语课堂口语教学活动中,要提供更加多样化的口语练习方式,帮助提升不同程度学生的口语能力。例如,在英语课堂上,通过角色扮演、配音对话的方式,可以有效缓和英语口语学习过程中的整体氛围,激发学生提升自身口语水平,进行口语练习的热情,有效提升英语课堂教学质量。

## 3 结束语

综上所述,随着我国经济社会发展水平的不断提升和教育改革的逐渐深入,当前阶段大学生焦虑心理在英语口语表达课程中的影响研究得到了越来越多的重视。在当前阶段大学生焦虑心理产生的原因主要有内外部两个方面,大学生自身的自信缺失和不当学习方法是产生焦虑心理的内在原因,而错误的教学方式和纠错方式是导致大学生焦虑心理产生的外在因素。要想有效缓解焦虑心理首先需要学生群体改正学习习惯和缺点,积极主动地参与学习活动,教师群体也可以创新课堂教学方式,有效缓解学生焦虑心理,提升教学质量。

### 参考文献:

[1]郭燕.非英语专业大学生英语学习焦虑多维度研究[J].外语界,2014.

[2]徐锦芬.大学生英语学习焦虑多维度研究[J].2016.

**作者简介:**肖艳玲(1978.6-),女,湖北谷城人,学士,讲师,主要从事英语教学工作。