

# 高中生GRACE教育在心理学科的人格策略研究

张建双

(长春市养正高级中学 吉林 长春 130052)

**[摘要]**在教育中,应当让教育回归原点,并更强化对人的发展的关注,重视这一观点。在当前,人格教育也备受教育界的重视。在当前的时代中,青少年经常会出现一些问题,而这些问题也对社会的发展造成了不良影响。鉴于此,如何培养青少年形成健康的人格已成为当前教育的重中之重。GRACE教育是指培养学生坚毅、担当、自信、好奇心、进取心等几种品质,从而让学生在学学校学到的不只是课本上的知识,而是能够形成更加利于学生全面发展的品格,为学生一生的发展奠定良好的基础。

**[关键词]**高中生; GRACE教育; 心理学科; 人格策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.04.419

高中生面临着高考的压力,同时,这一阶段也是学生成长的关键阶段。如果在这一阶段一味地让学生学习课本知识,疲于应付各种考试,而不关心其身心健康发展,那么可能会导致高中生出现身心方面严重的问题。在高中教育中,要强化心理学科的教育,同时在其中融入GRACE教育,让高中生能够形成健全的人格,并能够学会如何战胜困难,面对困难时不气馁,成为有信念、有理想的人,这样才能更好地应对生活及学习中的各种困难,积极应对各方面的挑战,成为一个积极、上进的人。

## 1 高中教育存在的问题

从不同的视角来看,教育这一词语也有不同的含义,同时不同的时代,教育这一词语也有其不一样的解读方式。目前,有一部分家长及教育工作者对教育这一词语的认知存在一些偏差,比如有的教师与家长单纯地认为教育等于学生的应试成绩,所以在他们眼中,学生拥有良好的应试成绩是最重要的,而学生品格的发展以及学生体质的好坏都不会受到过多地关注。这种认知是缺乏科学性的,尤其高中生面临着高考的压力,如果在这个阶段过多重视学生的成绩,那么也会导致学生产生过大的压力,不利于其身心发展,甚至会造学生产生厌学心理。学校应该重视人格教育,更加关注人格的塑造,让学生形成健全的人格,这也是学生最应当具备的核心素养。

## 2 高中生GRACE教育在心理学科的人格策略研究

### 2.1 构建良好的学校环境

首先,要重视素质教育,让学生能够得到健全的人格发展。由于各方各面的压力,高中教育还是应试以教育为主。但是在教育过程中,往往忽略了对学生的人格教育。只有学生拥有良好的人格,才能获得更好的发展。因此首先,学校要把更多的关注放在对学生人格培养方面,提升高中生的自身修养,使学生得到全面的发展。其次,要不断强化校园文化建设,可以不断挖掘校史教育资源,通过视频、图片、文件等等信息,让学生了解学校的历史,培养学生能够形成自豪感与荣誉感,并加强学生的凝聚力。让学生更加热爱班级、热爱学校。也可以通过学校的宣传栏宣传校园文化,让学生的心灵得以净化,并形成具有人性化的环境。充分体现学校的人文特色,树立优秀的学习楷模,让学生拥有自我发展意识,并形成良好的学习氛围。另外,也要将校园文化建设细化到班级文化建设层面,让每个班级都能够重视对学生健康人格的培养,关注学生成长的每一个脚步。形成良好的班级文化,使学生具有归属感,并让每个学生都能够互帮互助,共同努力。再次,要开展健

全人格的整合教育。在不同的时代,对于学生的人格教育也有着不同的内涵。在新时期,随着时代的不断进步,健全人格培养的要素也在变得更加科学化、成熟化。人格的整合在不断地趋向完美,包含了对学生价值观念、思想意识、精神境界的引导。当前,有些学校也开始重视心理课、思政课、体育课、美术课、音乐课等等课程,发挥这些教育学科中所蕴含的教育资源,挖掘其育人功能,逐步形成积极的价值观与审美观。实施对学生人格素质的整合,从而促进其健康发展。同时,要为高中生创设提升人格的平台,让他们能够拥有更多的行为训练、情感陶冶的机会,使高中生能够得到行为、意志、情感等各方面的协调发展。关注学生行为、意志、情感等各方面的联系,及时解决高中生出现的知行矛盾等等问题。

### 2.2 营造融洽的家庭氛围

家庭环境对于孩子的成长尤为重要,同时也在塑造学生人格方面发挥着重要的作用。所以要营造温馨的氛围,让学生能够在温暖的家庭中汲取成长的力量,通过家庭的关爱促进孩子的健康成长。家长也要以正确的思维方式、文明的行为潜移默化地影响孩子,家庭成员之间的相互体谅、谦让也能够为孩子树立榜样。在遇到问题时,家长要尽可能地与孩子讨论解决,而不是强制性的解决问题。高中生已经拥有了一定的认知能力,所以家长也要多与孩子沟通、谈心,从而了解孩子的心理动态,让孩子能够学会怎样分析问题、解决问题。也要带孩子多参加户外活动与体育锻炼,让孩子能够释放学习中的压力,拥有更加积极的心态面对生活面对、学习。

## 3 结语

综上所述,高中生处于人生的重要发展阶段,在这个阶段,要重视对他们的人格及心理教育,通过GRACE教育培养高中生形成坚毅的品格,并拥有进取心、好奇心、自信心、责任心,使高中生能够得到人格的健全发展,为社会培养高素质、高品质的人才。

### 参考文献

- [1] 闫伟. GRACE五种人格遨游靓丽的人生——即《基于小学生人格发展的GRACE教育理论与实践研究》培训心得. 读与写, 2019(02): 202-203.
- [2] 石光. 在小学数学计算教学中进行GRACE教育的策略[J]. 华夏教师, 2020(13): 166-167.
- [3] 周杨, 周策. 团体心理辅导对高中生心理韧性的干预研究[J]. 现代中小学教育, 2016, (9): 82-85.