

# 信息时代下中职班主任管理工作的困境及应对措施

王文波

(江苏省新闻出版学校, 江苏 南京 210012)

**摘要:** 随着信息时代的来临, 互联网技术已经深入到我们生活的每一个角落。在这个大背景下, 中职班主任的班级管理工作内容也发生了重大的改变。我们需要结合中职生思想活跃、追求个性、渴望表达的特点, 以及网络给其学习、生活带来的各方面影响, 明确日常工作中面临的困境, 从而使班级管理工作更加高效、更具针对性。基于此, 本文首先分析信息时代下中职班主任管理工作的困境, 而后结合实践经验提出可行的应对策略, 以期为各位同行提供参考。

**关键词:** 信息时代; 中职; 班主任管理; 工作的困境; 应对措施

网络信息量大且传播迅速, 各种交流频繁发生, 为学生生活、学习, 为班主任管理工作带来了前所未有的改变。在日常工作中, 我们既要充分认识到网络的资源、工具优势, 也要重视其引发的各类教育问题, 并针对性地调整班级管理策略, 引导学生正确使用网络, 养成良好上网行为习惯。

## 一、信息时代下中职班主任管理工作的困境

### (一) 沉迷网络, 导致学生忽视学业

在中职学校, 学生的年龄普遍较低, 他们往往缺乏足够的自制力和自我管理能力, 容易被网络上的各种诱惑所吸引。随着游戏、社交媒体、短视频等网络娱乐活动成为他们日常生活中不可或缺的一部分, 部分学生开始沉迷网络。这种行为不仅影响了学生的学习状态, 还对其身心健康产生负面影响。首先, 沉迷网络会导致学生的学习成绩下降。学生的学习时间是有限的, 而他们把大量的时间用在了网络上, 自然就没有足够的时间去学习。如果任由这种情况发展, 将导致学生忽视学业。其次, 沉迷网络也会对学生的身心健康产生影响。长时间盯着屏幕, 不仅会导致视力下降、颈椎问题等身体问题, 还会引发焦虑、抑郁等心理问题。这些问题不仅影响了学生的学习状态, 还会对其未来的生活产生影响。

### (二) 网络信息泛滥, 学生易受不良影响

随着信息时代的来临, 网络信息的泛滥, 学生接触到的信息内容越来越丰富, 眼界得到有效拓展, 同时也不可避免地受到了一些不良影响。如何在此背景下有效地进行班级管理, 帮助学生健康成长, 已成为中职班主任当前面临的一大困境。首先, 网络信息的泛滥使得学生价值观混乱。海量的网络信息中, 不乏一些消极、暴力内容。对于正处于价值观形成阶段的中职生来说, 这些不良信息无疑是一种极大的干扰。如果缺乏正确的引导, 学生很容易陷入迷茫, 甚至产生错误的价值观。其次, 网络虚假信息也会对学生的思想和行为产生误导。中职生年龄尚小, 缺乏辨别能力, 往往难以区分真假信息, 一些不法分子往往会利用这一点进行欺诈活动。由此给中职生带来的经济损失和心理压力不可忽视。

### (三) 过度依赖社交媒体, 导致学生社交障碍

在信息时代的浪潮下, 社交媒体成为我们日常生活的重要组成部分。对于学生而言, 这既是社交途径的拓展, 也是对自我管理能力的挑战。一旦他们过度依赖社交媒体, 将给学习和成长带来不少负面影响。其中, 最为突出的问题就是社交障碍。过度依赖社交媒体的学生, 往往会花费大量时间在虚拟世界中, 忽视了现实生活中的人际交往。这使得他们在面对真实的人际交往时, 表现得十分拘谨, 甚至出现社交障碍。社交障碍是一种心理障碍, 表现为对现实人际交往的恐惧、不安和逃避。如果这种情况长期得不到有效改善, 不仅会因为网络社交过度挤占学生时间而影响

学生的学业, 而且会对学生的身心健康产生不良影响。

## 二、信息时代下中职班主任管理工作措施

### (一) 加强沟通, 帮助学生平衡娱乐与学习

对于中职学生来说, 他们正处于人生发展的重要阶段, 有效地学习和适当的娱乐都是他们身心健康发展、顺利完成学业的重要保障。作为中职班主任, 需要加强与学生沟通, 通过有效的管理措施, 引导他们正确处理娱乐与学习之间的关系。首先, 我们应认识到娱乐与学习并非水火不容。事实上, 适当的娱乐可以帮助学生放松身心, 提高学习效率。同时, 我们也要警惕学生因过度娱乐而忽视学业。这要求我们在日常管理工作中, 密切关注学生的行为和情绪变化, 及时发现并与学生进行有效沟通, 帮助他们纠正问题。其次, 我们需要引导学生正确认识娱乐与学习的关系。也就是说, 班主任应让学生意识到娱乐是为了更好地学习, 而非学习的替代品。为此, 我们可以定期组织班会, 让学生分享自己处理学习与娱乐关系的经验, 从而让他们理解并接受这种观念。再次, 我们可以通过引导学生制定合理的学习与娱乐计划, 帮助他们平衡娱乐与学习。例如, 规定每天的学习时间的同时, 保证学生的娱乐时间。而且, 在制订计划的过程中, 要充分听取学生的意见和建议, 让他们感受到自己的主动性和参与感。最后, 作为班主任, 我们还要以身作则, 成为学生的榜样。在通过语言沟通引导学生平衡好娱乐与学习关系的同时, 班主任要做到适度娱乐, 对学生的学习负责, 为学生树立好榜样。

### (二) 定期开展心理健康教育, 提高学生心理素质

在信息时代下, 中职学生面临着更多的挑战和压力。为了提高学生心理素质, 班主任需要定期开展心理健康教育。首先, 中职班主任应该了解学生的心理状况, 及时发现和解决学生的心理问题。比如, 我们可以通过观察学生的言行举止、情绪变化、社交关系, 并与学生进行沟通交流, 了解他们的心理状况。针对不同学生的心理健康状态, 可以采取不同的措施, 例如提供心理咨询、推荐专业心理医生等, 帮助学生缓解各种心理压力。其次, 中职班主任可以针对班上学生的整体心理健康水平定期组织心理健康教育, 提高学生心理素质。比如, 邀请专业心理医生或心理健康专家, 为学生开展心理健康教育讲座或培训, 引导学生正确认识自己的心理问题, 帮助掌握自我调节的方法和技巧; 组织心理健康主题班会、小组讨论等活动, 鼓励学生分享自己的经验和感受, 引导学生互相帮助和支持。最后, 中职班主任应营造良好的班级氛围, 为学生提供良好的学习生活环境, 减轻他们的心理压力。比如, 通过加强班级管理、建立良好的班级制度、加强师生互动等方式, 营造一个积极向上、团结友爱的班级氛围, 潜移默化地影响学生, 帮助他们应对沉迷网络引发焦虑、抑郁、社交障碍等心理问题。

### （三）注重信息辨别能力培养，引导学生合理利用网络资源

在信息时代的大背景下，网络资源如同一把双刃剑，既提供了丰富的知识库和学习平台，也带来了众多不可预测的陷阱。中职班主任在管理工作中，除了关注学生的学业，还需要培养学生的信息甄别能力，引导他们合理利用网络资源。结合实践经验我认为，网络资源的利用应当有度。班主任一方面应引导学生认识到网络资源的优势和其局限性，促使他们意识到网络资源并非万能，如果过度依赖可能导致负面效果；另一方面应关注学生的上网行为，对于学生沉迷网络游戏或社交媒体的现象，要及时干预，帮助学生认识到问题的严重性。在此基础上，我们还应注重对学生信息甄别能力的培养。首先，我们可以组织定期的网络安全教育活动，让学生了解网络虚假信息的危害，并教授他们如何识别和防范。其次，我们可以通过布置相关主题的课程作业，让学生在实践中学会辨别和筛选信息。再者，我们还可以借助家长的力量。家长是孩子第一任老师，他们在培养孩子信息甄别能力方面起着至关重要的作用。班主任应与家长保持密切沟通，共同引导学生正确使用网络资源。

### （四）加强学校网络管理，限制学生使用不良网站

随着信息时代的来临，网络已经成为人们获取信息、交流思想的重要渠道。然而，我们在欣喜网络带来的各种便利的同时，也要注意网络在存在着许多不良网站，这些网站的内容可能会对青少年的身心健康造成负面影响。当前，加强学校网络管理，限制学生使用不良网站已成为中职班主任管理工作的重要措施之一。首先，中职班主任应加强对学生的教育引导。比如，通过班会、家长会等多种途径，向学生和家长宣传不良网站的危害性，并教育学生正确使用网络，增强他们的网络素养和自我保护意识；应了解学生的上网行为，及时发现和纠正学生的不良上网习惯。其次，学校应建立完善的网络管理制度。比如，结合实际情况制定相关规定，明确学生使用网络的范围和时间，并对学生使用网络的行为进行监督和管理；建立网络安全防护体系，及时发现和阻断不良网站的访问，保护学生的身心健康。最后，班主任要引导家长积极参与到学生的上网行为管理工作中。比如，引导家长与孩子建立良好的沟通机制，了解孩子的上网行为和心理状态，并加大对孩子的监管力度；与家长保持密切联系，向其介绍学校的网络管理制度和学生在校的网络使用情况，与其共同做好学生的上网行为管理工作。实践证明，通过以上措施能够有效规范学生上网行为，减少学生网络沉迷，以及不良网络信息对学生的消极影响。我们要教育引导、学校网络管理、家长监督等多种措施，可以有效地预防学生使用不良网站，保护学生的身心健康。

### （五）加强自律意识培养，引导学生合理线上社交

在信息时代的大背景下，我们的生活与数字世界的交织越来越紧密，网络社交成为学生们日常生活的一部分。这拓展了学生社交渠道的同时，也带来了一些负面影响，如沉迷网络、忽视现实责任、过度依赖网络社交等。因此，作为中职班主任，需要采取措施来引导学生合理使用网络社交，培养他们的自律意识。首先，我们需要让学生认识到网络社交的利弊。网络社交可以扩大社交圈子，帮助我们便捷地获取信息，但是过度使用也会对生活和学习产生负面影响。班主任可以通过开展主题班会、案例分析等形式，让学生了解网络社交的利弊，提高他们的辨别能力和自我管理意识。其次，我们可以制定合理的规定来规范学生的网络社交行为。比如，规定学生在校期间不得过度网络社交，要合理安排时间；不得发布违法、不良信息；未经许可不得转载他人的原创作品等。再如，建立班级群组，让学生在群组内交流学习心得、生活琐事等，

避免他们在私人社交软件上过度消耗时间。最后，我们还要积极培养学生的自律意识。班主任需要让学生认识到，网络世界的规则和现实世界一样，需要他们自觉地去遵守。如果他们能够在网络世界中保持自我约束，他们的线上社交将会更加健康、有序。

### （六）丰富班级活动形式，促进学生线下社交

在信息时代背景下，学生的生活和学习环境发生了巨大的变化。对于中职班主任来说，如何在此背景下有效地进行班级管理，是一项充满挑战的任务。尤其针对当前普遍存在的学生过度依赖社交媒体问题，我们要有效丰富班级活动形式，促进学生线下社交，以增强班级凝聚力和提高学生的社交能力。首先，开展多样化的班级活动是促进学生线下社交的关键。班主任既可以组织系列主题班会，让学生们围绕某个主题展开讨论，增进彼此的了解和沟通，也可以举办一些竞技性的活动，比如篮球比赛、拔河比赛等，让学生在竞争中体验团队合作的力量，还可以安排一些志愿服务活动，让学生在帮助他人的过程中提高自我价值感。其次，信息技术也为班级活动的开展提供了重要支持，我们需要充分利用信息技术的优势，为班级活动提供更多的可能性。比如，利用网络平台进行远程互动，让不在场的学生也能参与到活动中来，或者利用社交媒体进行线上宣传，扩大班级活动的影响力。通过这些措施，我们不仅可以丰富班级活动的形式，还可以提高学生的参与度，促进学生社交活动的开展。最后，尊重学生差异性，是班级活动成功开展的基础。每个学生都有自己的兴趣爱好和特长，我们要尽可能地为他们提供多样化的活动选择，例如设置兴趣小组，让学生根据自己的兴趣选择参加，或者邀请学生提出自己的活动建议。

## 三、结语

总之，信息时代下的中职班主任管理工作面临着诸多困境，但只要我们用心去解决，就一定能够帮助学生健康成长，顺利完成学业。在日常的班级管理工作中，我们要客观看待网络带来的各种变化，并通过加强沟通、定期开展心理健康教育、进行信息甄别能力培养、加强学校网络管理与学生自律意识培养、丰富班级活动形式等措施，引导学生正确使用网络，养成良好的上网行为习惯。

## 参考文献：

- [1] 张成芬. 管育并重的中职班主任管理工作实践探讨 [J]. 国家通用语言文字教学与研究, 2023 (05): 150-152.
- [2] 孙朋, 王志周, 段秀丽. 新媒体环境下中职院校班主任实施班级管理的策略 [J]. 中国多媒体与网络教学学报 (中旬刊), 2023 (04): 148-151.
- [3] 曾令美, 曾猛. 新时代背景下中职班主任班级管理工作的有效方法探究 [J]. 科学咨询 (教育科研), 2022 (08): 152-154.
- [4] 于世海. “互联网+”时代下中职班主任管理工作的问题与应对措施 [J]. 中国新通信, 2022, 24 (16): 230-232.
- [5] 钱琴. “互联网+”时代下中职班主任管理工作的现状及应对策略分析 [J]. 科技视界, 2022 (07): 171-172.
- [6] 撒然. 立德树人理念在中职院校班主任学生管理工作中的渗透 [J]. 中外企业文化, 2022 (02): 217-218.
- [7] 梁志瑛, 张平. 中职班主任管理风格对自我效能感的影响: 工作满意度的中介作用 [J]. 新疆职业教育研究, 2021, 12 (04): 54-58.