

从德育辅导案例引发对手机管理的“刚”与“柔”的思考

钟文江

广州市长兴中学

摘要：在全网络覆盖的媒体时代，网络电子产品特别是手机已经和阳光、空气一样成为人们生活甚至是生存的必需品。由手机而引起德育教育问题日趋凸显。班主任们在手机管理方面如何把握尺度，寻求有效的管理方法，平衡强调制度管理的“刚”和强调人性化的管理的“柔”之间的选择的无所适从进行一些探讨。

关键词：手机管理；“刚性”；“柔性”；情绪ABC理论

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2023.02.171

中学生拥有手机比例不断提高，使用时长也在不断延长。为此，我在我所任教的班级做了一次不记名的调查中反映如下：第一，全班42人，拥有手机38人，占比90.5%。其中13人拥有不止一台手机，占比28.6%。第二，使用时长，每天使用手机超过1小时的26人，占比61.9%。使用2小时以上的5人，占比11.9%。第三，使用用途方面：（1）完成学习任务，了解班级动态。占比100%（2）网络聊天，交友。占比65.6%（3）打游戏。占比39.5%。由此看来，有效的管理手机使用情况及一系列引发的问题十分必要。

现在我就我班一个由于严重依赖手机网络，沉迷游戏和网络交友德育辅导案例而引起对手机管理的“刚”与“柔”的思考做出一点探讨：

一、辅导对象基本情况

女生H，九年级学生，孤儿。是班级的体育委员，对班级事务较热心，但学习成绩较差，由于是孤儿，人较为敏感情绪化。

家庭背景，该生父亲在她小学阶段因病离世，母亲由于家庭变故，也离家出走，音讯全无，现在她和爷爷奶奶、叔叔婶婶一起生活。她所住的环境是广州城中村，家里靠收租和分红，生活来源有保障，平时爷爷奶奶比较娇惯，同时叔叔婶婶亦有参与教育，但干涉较少。

由于她家里是住在城中村的小别墅，家人分住两个楼层，各自有自己房间，该生回家后就进房间把门一关，就完全自由支配时空了，自由度大，家里大人较难干涉其归家后行为。

可能是家里的变故，长辈的教育不到位，甚至不当。她本人很渴望得到别人关注，但是现实的失落会把她推向虚拟的网络世界寻求帮助，在她拥有手机后就很快沉迷于网络啦。

放学回家后，除了吃饭就进入房间，拿出手机玩游戏，QQ聊天等，经常玩到凌晨两三点，因为睡眠不足，上课就会打瞌睡，心思不在学习中，自然上课效率十分低下。

二、问题产生原因分析

（一）学习不适，成就感低下，在网络寻求存在感
入读初中后，学科增多，知识难度加大。加上本人基础薄弱，H同学成绩一直徘徊在班级倒数十名左右。现实学习上没有获得成就感，但是她网络游戏能力较强，经常是组队游戏中的领头羊，游戏成就比较高，获得现实生活无法得到的存在感。

（二）交友不顺利，产生孤独感

H同学性格敏感冲动，很情绪化。现实生活中，很多同学无法忍受她的怪脾气，所以没有太多朋友，比较独来独往。在网络游戏中，她有自己的战队队友，也有一群微信QQ好友，虚拟世界众多的朋友和现实生活的孤独存在落差。

（三）家庭陪伴缺位，缺乏安全感

作为孤儿，爷爷奶奶替代的父母的角色，但是没有做得很好，除了一味无原则的迁就，满足一些物质需求外，在行为教育方面基本是空白的。叔叔婶婶虽然也有参与教育，但是碍于身份，也无法进行严厉的管教和关怀，同时也缺乏有效的陪伴。导致该生对家庭的认同度

不高，缺乏安全感。

三、对H的教育过程及对手机管理的两个思考

(一) 手机管理方法的“刚性”对德育教育是否有效

埃利斯的情绪ABC的理论指出：一个人的情绪困扰(C)，并非由刺激(A)所决定的，而是决定于一个人的信念(B)，因此除去非理性信念，情绪困扰问题便能有效解决。也就是说，当来访者客观表达其情绪困扰时，我们要找出对应的不合理信念，并用合理的信念去取而代之。

现如今，中小学手机管理大多采取强制性制度规定，大部分学校实施手机禁令：“禁止学生将手机带入学校，否则一律没收。”对违规者处于校纪班规的处罚。2018年《山东省学生体质健康促进条例》，规定严禁学生将个人手机、平板电脑等电子产品带入课堂。杭州银湖实验学校为防备学生玩手机还安装手机信号屏蔽器，上述种种都是刚性管理。在管理史上，以泰罗和法约尔为代表的古典科学学派，基于“经济人”的假设，对管理对象施加一种外在、消极的，迫使其发挥能力的刚性管理。

H同学显然把自己的友情，安全感和存在感等等很多东西都和手机紧密联系在一起了。让她离开手机会给她带来强烈的失落和不安全感，但是带手机回校又是违规行为。H同学在衡量失去手机的情绪困扰(C)和将要为违纪行为付出代价(A)，她的非理性信念(B)战胜了理性信念。就铤而走险的尝试带手机回校了。一开始H同学还是小心翼翼，很难察觉她的违规行为，时间一长，胆子越来越大，发展到上课玩游戏。收到同学举报后，我找她来了解情况。她表示很后悔，后悔自己不小心被人举报了，很害怕，害怕手机被没收。显然她对于校纪班规的要求是不认同的，她关注是自身的非理性信念的需求，她不愿意接受没收手机的这种惩罚。我认为在这个时候需要用合理的信念去取而代之。对于她的处理，我按照校纪要求暂时没收的手机并通知家长，并对她进行了教育，指出学生的主要任务是学习，让她把注意力转移到学习中来，让她尝试在班里结交新朋友，让

她有什么情绪的问题随时过来和老师倾诉，让老师也给予她一定的安全感。

我采取的措施就是针对她存在的几个问题罗列的解决办法。我要利用管理办法的“刚性”来强迫她服从。用我认为正确的信念的取代她不理性的信念，效果差强人意，甚至适得其反。

她基础差，从小学六年以来就没有好好学习过，我让她努力学习分散注意力对她而言显然难以登天，这个方法宣告无效。让她结交新朋友这一条，人与人的交往讲究志趣相投，性格互补，她性格问题基本定型，无法纠正，让她结交新朋友取代网络朋友又成为空中楼阁。最后一条让她信任老师，倾诉情感，就先要建立在强大的互相信任方面，我没收她手机。在她看来，就是一种破坏相互信任的行为，就更不敢和我倾诉什么了。

从以上实践中发现，过于注重制度的实行会导致管理阻力大，执行力度弱，管理效果差等问题。机制贯穿以人为本的理念，是一种人性化，精益化的管理方式。现如今，手机成为人们生活中难以割舍的一部分，完全禁用手机，既不现实也不够人性化。我只强调管理的“刚性”对于解决此类问题并无益处。

(二) “刚”中带“柔”的管理方法的实践

以梅奥和马斯洛为代表的行为主义学派，认为人不仅仅是标准的“经济人”，还是“社会人”，充满着丰富的内在感情的欲望，任何外部的严厉的刚性管理制度对于“社会人”都只能发挥有限的作用，无法调动“社会人”的内在积极性和潜力，因而强调应实施柔性管理。柔性管理就是以人为本的人性化管理，是一种灵活多样的权变管理方式，在可能的情况下尽量满足被管理者的实际需要。

老师在管理方面如果缺乏人本思想，就会导致手机管理中未能考虑学生的权利和人性需求。纵然在现在这个网络覆盖的媒体时代，老师如果仍然忽视甚至遏制学生使用手机的正当需求，没有把学生全面发展作为理论指导。手机管理的人本思想缺位，忽视学生成长规律，一刀切的刚性管理是手机管理低效无效的根源。

对H同学的第一次教育的无效迫使我在这次教育中

在体现管理的“刚”性的同时需要加入体现以人为本的“柔”性教育手段，为此我做了以下改变：

1. 耐心倾听，给予共情，理解

为了取得H的信任，我选择耐心倾听，让她讲述自己的故事。共情理解就是对于教育对象的倾诉需要代入其角色，认同她观点，必要时也表达自己类似的遭遇或感受，由此拉近彼此举例，取得对方认同。她倾诉主要的三点：一是学习成绩差，无法收获成就感。二是现实中没有朋友，需要去网络上寻求友谊。三是家庭变故，导致自己安全感缺乏。我都耐心倾听，一一认同，对于她的遭遇表示痛惜和理解。

2. “刚”中带“柔”，体现人性化管理

在取得H的一定信任后，我就让她要进一步思考，她的行为对自己，对班级，对家庭产生了怎样的不良影响。其实经过一段时间的冷静期，她也意识到自己行为不但破坏校纪班规，还未同学们树立一个不好的行为示范，老师不及时管理的话，类似行为就会蔓延开去。对于家庭，她也表示辜负了家长对她的信任。

针对解决她所存在的三个问题，我重新提出了解决办法：第一，她学习成绩不好，但是人很热心，原本也是体育委员，初三全体同学都要面临体育中考了，我让她在帮助同学们提高体育锻炼方面想点子，并落实实施。另外，我还让她担任班级更多的实时性事务。让她找到自己是被人需要的，自己存在是有价值的。第二，我约了她家长来校共同教育，当着家长面归还她的手机，但对家长和她约法三章。首先，要求家长了解学校教育方面对使用手机的要求，不能让学生本人代替家长完成学校布置的网络任务，增加学生使用便利性的门槛。其次，肯定学生必要使用手机的社交，娱乐需求，但是需要严格控制使用时长和时间段。最后，任命她为班级QQ群管理员，让她利用自己的网络技术能力优势管理好群里的舆论导向和使用时长。和她约定每周一次的情况汇报时间。定期追踪教育效果情况。

3. 寻求专业帮助，鼓励重塑自我

针对H同学这种在现实生活中挫败感严重寻求网络虚拟成就感存在的情况，实际上是多方面的因素共同作用的结果，从精神方面而言，她焦虑睡眠不足情绪波

动头痛头晕等多种症状均反映她的问题生理方面已经出现症状。这不是单纯说学校教育能改变的，她需要专业的心理导师去帮助她，严重的话甚至需要看医生药物治疗，我们学校对于学生心理教育相当重视，配备两位心理老师。我在征得她本人及家人同意的前提下，转介她去心理老师那里治疗，另外鼓励她参与班级活动和积极运动，从医学的角度而言也是不错的排解方法。就这样持续了一个月左右，她就慢慢可以减少对手机的依赖，人也积极开朗起来。这样看来，教育和心理治疗需要家庭学校共同发力不留漏洞，才能应对这种手机网络依赖症的同学。

四、效果及反思

经过“刚”“柔”并进的教育的四周时间后。她的学习成绩虽然没有明显改善，但是她作为体育委员，安排同学们体锻方面还是实施得不错的。每周一到两次的体锻，她全程策划参与。同学们提高体育成绩同时，她也找到自己的存在感。她的家长比较积极的了解班群信息，及时完成任务，她本人使用手机的机会少了。但是家长反映出家里老人暗中又买了另外一台手机给她，她在家使用手机情况没有明显改善。在她的干预下，班级Q群聊游戏，污言秽语的情况少了，其他同学意识到班级Q群不是法外之地，一帮志同道合者另外开辟新群去了。而她由于职责所在，参与游戏活动到没有以前频繁了。

学生频繁使用手机成瘾，导致心理问题和学业不佳，老师对于学生进行手机管理的出发点是好，但是在管理手段和方式过于死板、硬化。会加剧师生关系的恶化，既严重影响德育教育效果，也影响师生情谊。教育过程体现以人为本，加点“柔”性话管理，可能更有利于解决问题。

参考文献

- [1] 杜玉帆. 全媒体时代下手机管理反人性批判[J]. 中小学德育, 2018(8): 10-13.
- [2] 郑晓敏. 对七年级学生沉迷手机游戏的个案辅导[J]. 中小学德育, 2019(10): 68-70.
- [3] 艾利斯. 情绪ABC理论[J]. 百度文库. 2020-5.