

DOI: 10.53104/dyjyjj.2026.02.02.002

中小學班主任非教學事務負擔的邊界與減負機制研究

陳甯¹，李思思¹

1. 湖州師範大學，浙江 湖州 313000

摘要：班主任是中小學班級管理和學生成長支援中的重要角色，其工作不僅包括日常管理，也包含學生發展指導、班級文化建設、家校溝通和問題協調。現實中，材料填報、資訊統計、活動留痕、平臺打卡、家長群溝通和臨時性行政任務不斷進入班主任工作範圍，佔用了大量時間，也擠壓了班主任投入真實育人工作的空間。非教學事務過重，使班主任容易從學生成長的引導者轉變為學校事務的末端執行者。班主任減負不能簡單理解為減少所有教學之外的工作。許多非課堂事務本身具有育人價值，關鍵在於區分專業性工作與事務性消耗。本文從班主任工作專業化出發，分析非教學事務負擔的表現和形成原因，討論班主任責任邊界，並提出任務准入、數字平臺整合、家校溝通規範、團隊支援和評價調整等減負思路。班主任減負的目的，是讓班主任從重複、低效、邊界模糊的事務中回到學生成長和班級育人的核心工作。

關鍵字：班主任工作；非教學事務；教師減負；責任邊界；學校治理；專業化

The Boundaries of Non-Teaching Workload and Burden-Reduction Mechanisms for Primary and Secondary School Head Teachers

CHEN Ning¹, LI Si-si¹

1. Huzhou Normal University, Huzhou 313000, P. R. China

Correspondence to: CHEN Ning; Email: 3814358360@qq.com

Abstract: Head teachers play an important role in class management and student support in primary and secondary schools. Their work involves not only daily class management, but also student development guidance, class culture building, home-school communication, and problem coordination. In practice, however, more non-teaching tasks have been added to their work, such as document submission, information collection, activity records, platform check-ins, parent group communication, and temporary administrative assignments. These tasks take up a large amount of time and reduce the space for head teachers to engage in real educational work. When non-teaching work becomes excessive, head teachers may gradually shift from being guides of student growth to being end-point executors of school affairs. Reducing the burden on head teachers should not be understood simply as cutting all work outside classroom teaching. Many non-classroom tasks still have educational value. The key lies in distinguishing professional work from routine administrative consumption. From the perspective of the professionalization of head teachers' work, this paper analyzes the manifestations and causes of non-teaching workload, discusses the boundaries of head teachers' responsibilities, and proposes burden-reduction ideas such as task-entry control, integration of digital platforms, regulation of home-school communication, team support, and adjustment of evaluation methods. The purpose of burden reduction is to help

通信作者：3814358360@qq.com

引用格式：陳甯，李思思. 中小學班主任非教學事務負擔的邊界與減負機制研究[J]. 東亞教育研究, 2026, 2(2): 11-20.

head teachers move away from repetitive, inefficient, and vaguely defined tasks, and return to the core work of student growth and class-based education.

Key words: head teachers' work; non-teaching tasks; teacher burden reduction; responsibility boundaries; school governance; professionalization

引言

班主任是中小學班級教育運行中的關鍵角色。與一般任課教師相比，班主任不僅承擔學科教學任務，還要參與班級秩序維護、學生發展指導、家校溝通、德育活動組織和突發問題協調。學生在校期間出現的學習適應、行為規範、情緒波動、同伴交往和家庭溝通等問題，往往都會進入班主任工作範圍。班主任由此成為連接學校管理、學生生活和家庭教育的重要節點^[1]。

班主任工作具有較強的綜合性，不能簡單按照“教學”與“非教學”進行劃分。學生談話、班級規則建設、班級文化營造、家校溝通和學生問題協調，雖然不屬於課堂教學，卻具有明確的育人價值，也是班主任專業職責的重要組成部分。真正需要關注的是，現實中一些教育關聯較弱、行政色彩較重、重複性較強的事務，也不斷進入班主任日常工作。材料填報、資訊統計、活動留痕、平臺打卡、通知轉發和臨時性行政任務，逐漸佔用了班主任相當多的時間和精力。有研究顯示，擔任班主任的中小學教師日均工作時間達到 10 小時以上，明顯高於非班主任教師^[2]。這說明班主任負擔並不只是來自教學本身，也與班級事務、家校溝通和行政性任務的疊加有關。

非教學事務負擔過重，會影響班主任工作的專業重心。班主任本應有較充足的時間瞭解學生狀態，觀察班級關係，處理學生成長中的具體問題，並在日常班級生活中開展德育引導。若大量時間被表格、截圖、材料、平臺任務和事務性溝通佔據，班主任容易從學生成長的引導者轉向學校事務的末端執行者。部分工作雖然完成了流程要求，卻未必真正服務於學生發展和班級建設。

討論班主任減負，並不是要削弱班主任在

學校教育中的責任，也不是要排除所有課堂之外的工作。班主任工作本身就包含大量非課堂內容，其中不少內容正是其專業價值所在。問題的關鍵在於，哪些事務屬於班主任應當承擔的專業工作，哪些事務已經超出合理邊界，哪些事務應由學校職能部門、年級組織、任課教師、家長或其他專業人員共同分擔。只有明確這一邊界，班主任減負才不會停留在一般性的工作量壓縮上。

本文圍繞中小學班主任非教學事務負擔展開討論，在分析班主任工作專業化與非教學事務關係的基礎上，梳理其現實表現，重點探討負擔加重的形成原因、責任邊界及相應減負機制。班主任減負的核心，不是讓班主任退出班級育人工作，而是減少低效、重複和邊界模糊的事務性消耗，使班主任能夠回到學生成長支持和班級教育的核心位置。

1 班主任工作專業化與非教學事務負擔的關係

討論班主任非教學事務負擔，首先需要明確班主任工作的專業屬性。班主任不同於一般任課教師，其職責並不限於學科教學，還包括班級組織、學生發展指導、德育實施、家校溝通和突發事件協調等內容^[3]。許多工作並不發生在課堂教學過程中，卻直接關係到學生成長和班級運行。若僅以課堂教學為標準理解班主任工作，就容易忽視其勞動中的教育判斷、關係協調和組織管理價值。

班主任工作專業化，意味著班主任不能被簡單理解為學校行政安排的執行者，也不能被視為單純維持班級紀律的管理者。班主任面對的是具體學生和真實班級生活，需要在學生個體差異、班級秩序、家庭背景和學校要求之間作出判斷。學生遲到、同伴衝突、學習倦怠、情

緒波動等問題，表面上是日常管理事項，實際處理時卻涉及教育理解、溝通方式和價值引導。班主任工作的專業性，正體現在這些複雜而細微的判斷之中。

因此，班主任的大量非課堂工作本身具有專業意義。學生談話並非簡單詢問情況，而是瞭解學生狀態、建立教育關係和進行行為引導的重要方式。班級規則建設也不是機械制定紀律要求，而是幫助學生在共同生活中理解秩序、責任和邊界。家校溝通不僅是通知傳達，還包含對家庭教育期待的協調，以及對學生成長資訊的整合。班級活動若能圍繞學生發展進行設計，也可以成為培養學生合作意識、集體責任和自我管理能力的重要載體。

問題在於，現實中進入班主任工作範圍的事務並不都具有明確的育人價值。一些材料填報、平臺打卡、活動留痕、重複統計和臨時性行政任務，與學生成長的關係較弱，卻佔用了班主任大量時間。班主任常常需要在完成教學和班級管理之後，繼續處理來自不同部門、不同平臺和不同檢查要求的事務。這些任務單項看來並不一定繁重，但長期疊加後，會明顯擠壓班主任進行學生觀察、個別指導和班級建設的時間。

非教學事務是否構成負擔，關鍵不在於其是否發生在課堂之外，而在於其是否具有必要的教育價值，是否必須由班主任承擔，是否超出合理工作邊界。學生談話、班級規則建設、家校基本溝通和學生問題初步處理，雖然屬於課堂之外的工作，卻應當納入班主任專業職責。相較之下，重複性強、行政化明顯、主要服務於留痕和檢查、可以由其他崗位承擔的事務，不宜長期轉嫁給班主任。區分專業性工作與事務性消耗，是討論班主任減負的前提。

如果這一邊界長期模糊，班主任工作專業化就容易被事務化所遮蔽。學校一方面要求班主任關注學生成長、加強德育和重視心理健康，另一方面又將大量表格、截圖、平臺填報和臨時任務壓給班主任。班主任的時間和精力有限，當低效事務不斷增加時，真正需要專業判斷和持續陪伴的工作就會被壓縮。班主任由此容易從班級育人的專業承擔者，轉變為學校治理鏈條中的末端執行者。

班主任減負與班主任工作專業化並不矛盾。減負並不是減少班主任對學生的責任，也不是弱化班主任在班級管理中的作用，而是減少低價值、重複性和邊界不清的事務性消耗。只有將班主任從過多行政化事務中釋放出來，其專業能力才可能更多用於學生理解、班級建設、家校協同和德育引導。班主任工作的專業化，既需要班主任個人具備責任意識和教育能力，也需要學校提供清晰的職責邊界和必要的制度支援。

2 中小學班主任非教學事務負擔的現實表現

中小學班主任非教學事務負擔並非表現為某一類工作突然增加，而是多種事務持續疊加後的結果。部分事務單獨來看並不複雜，甚至只是短時間內即可完成的工作，但這些事務常常來自不同部門、不同平臺和不同時間節點，具有較強的分散性、臨時性和重複性。班主任既要承擔教學任務，又要處理班級運行中的日常問題，一旦非教學事務密集進入工作流程，其專業育人空間便會受到明顯擠壓^[4]。

材料填報和資訊統計是較為常見的負擔形式。學生基礎資訊、家庭情況、健康狀況、安全排查、心理關注、活動參與、請假記錄等內容，往往需要由班主任進行收集、核對和上報。必要的資訊管理有助於學校瞭解學生情況，但在實際運行中，重複填報和多頭報送較為常見。同一類資訊可能在不同表格、不同平臺和不同部門之間反復提交。班主任不僅要向學生和家長收集資料，還要完成格式核對、表格整理和限時提交，事務性特徵較為明顯。

活動留痕也是班主任非教學事務負擔的重要表現。學校開展德育、安全、勞動、心理健康、傳統文化和文明創建等活動後，往往需要班主任拍攝照片、整理過程材料、撰寫簡要總結並上傳平臺。活動本身可能具有教育意義，但當工作重點轉向照片是否齊全、材料是否完整、截圖是否及時上傳時，育人活動便容易被材料要求所牽引。班主任在組織學生參與活動的同時，還要負責記錄和證明活動完成情況，教育過程在一定程度上被形式化。

家校溝通負擔也在不斷加重。家長群本是家校聯繫的重要工具，能夠提高資訊傳遞效率，也便於家長及時瞭解學校安排和學生情況。但在實際使用中，家長群常常承載過多功能。學校通知需要轉發，材料提交需要提醒，學生問題需要解釋，家長疑問需要回應，家長情緒和投訴也可能需要班主任處理。尤其在晚間、週末和節假日，班主任仍可能持續接收群消息。家校溝通由此從專業交流延伸為持續性的事務性勞動。

數位化平臺的使用也帶來了新的工作壓力。校園管理平臺、家校溝通平臺、資訊採集系統和活動打卡程式，本意在於提高管理效率，但如果平臺之間缺少整合，班主任就需要在多個系統中反復切換，完成資訊上傳、名單核對、資料確認和任務提醒。有些平臺要求學生或家長完成打卡，班主任還要查看完成情況，並逐一提醒未完成者。數位工具在缺乏統籌的情況下，不但沒有有效減少勞動，反而增加了新的督促和統計任務。

臨時性行政任務也容易進入班主任工作範圍。學校面對上級檢查、專項活動、問卷填報、宣傳任務和應急統計時，常常需要迅速落實到班級。由於班主任最熟悉學生和家長，也最便於組織班級完成任務，因此容易被視為直接執行者。一些與班級日常教育關聯並不緊密的事務，也可能通過班級這一層級轉化為班主任工作。此類任務通常具有時間緊、要求變動快和打斷性強等特點，會影響班主任原有的教學和班級管理安排。

安全責任帶來的事務負擔同樣不容忽視。學生請假、到校離校、課間活動、校外實踐、同伴衝突、身體不適和心理異常等事項，往往需要班主任進行提醒、記錄、報告和跟進。安全管理本身具有必要性，班主任也應承擔相應的觀察和協調責任。但若所有風險最終都集中到班主任身上，班主任就容易將大量精力用於責任防範。反復提醒、反復確認和反復記錄會成為日常工作的一部分，班級管理也可能由教育引導轉向風險控制。

從現實表現看，班主任非教學事務並非完全沒有意義，但其中相當一部分已經超出專業育人的合理範圍。材料、平臺、群消息、活動留

痕和臨時任務不斷疊加，使班主任工作呈現出碎片化、即時化和行政化特徵。班主任並非不願承擔職責，而是在過多事務性工作中難以保留充足的教育時間。學生談話、班級文化建設、個別指導和深層家校溝通等需要耐心與判斷的工作，反而容易被排在事務之後。

這種現實也說明，班主任減負不能單純依賴個人時間管理。許多事務來自學校治理結構和外部任務傳導，單個班主任難以通過提高效率徹底化解。若不對任務來源、流轉方式和責任分擔作出調整，班主任只能在不斷增加的事務中被動應付。所謂工作繁忙，並不總是專業勞動的充分體現，也可能是職責邊界不清和事務分配失衡造成的消耗。

3 非教學事務負擔加重的形成原因

班主任非教學事務負擔的加重，並非單純來自個人工作能力不足，也不只是學校內部管理方式的問題。它與學校治理結構、外部行政要求、家校關係變化、數位化管理擴張以及責任風險傳導等因素都有關係^[5]。班主任處在學校組織與學生生活的交匯處，既直接面對學生，也直接面對家長，還要承接學校各部門的工作安排。這一位置使班主任具有較強的事務承接能力，也使其更容易成為各類任務下沉後的最終承擔者。

學校治理中的任務下沉，是非教學事務不斷增加的重要原因。中小學內部通常設有教務、德育、安全、後勤、資訊化、心理健康等不同工作線條。各類任務從學校層面進入年級和班級後，往往需要依靠班主任完成資訊收集、通知傳達、材料匯總和過程回饋。對單個部門而言，一項安排可能只是常規工作；對班主任而言，多條工作線索同時進入班級，便會形成明顯疊加。班主任熟悉學生和家長，本來是開展育人工作的專業優勢，但在任務分配中也容易被轉化為事務承接的理由。凡是涉及學生資訊、家長配合、班級活動和安全提醒的事項，都可能被默認為班主任職責。

外部檢查和材料評價也在推動班主任工作事務化。2019 年中共中央辦公廳、國務院辦公廳印發的《關於減輕中小學教師負擔進一步營

造教育教學良好環境的若干意見》已經指出，中小學教師負擔較重，與督查檢查評比考核事項名目較多、頻率較高，調研、統計、資訊採集等活動交叉重複，以及部分地方和部門向學校、教師攤派任務有關^[6]。此類要求進入學校後，往往會轉化為班主任需要完成的表格、台賬、照片、截圖和總結。政策層面所指出的教師負擔，最終並不會停留在宏觀檔中，而會變成班主任日常工作中具體而細碎的事務。

材料評價方式還會改變學校工作的實際重心。班級管理、德育活動、安全教育、心理健康教育和家校共育，本來重在過程和效果。但當檢查與評價主要依靠材料呈現時，工作便容易轉向可記錄、可上傳、可展示的形式。班主任不僅要組織活動、開展溝通和處理問題，還要對這些過程進行記錄和證明。照片、截圖、表格和總結能夠顯示工作已經發生，卻未必能夠真實反映學生變化和班級成長。過度強調留痕，會使班主任把相當一部分精力用於證明工作完成，而不是改進工作本身。

家校關係的變化也加重了班主任的溝通負擔。當前家長對學校教育的參與程度提高，對學生成績、安全、心理狀態、人際關係和班級氛圍更加敏感。家校溝通本身是班主任工作的重要內容，也具有明確的育人價值。但在實際運行中，家校溝通有時被過度事務化。班主任需要反復解釋學校安排，提醒家長完成材料提交，回應家長對成績和紀律問題的疑問，也要處理家長情緒和家校矛盾。家校共育強調共同責任，可在不少具體情境中，溝通責任、解釋責任和協調責任主要集中到班主任身上。

家長群和即時通信工具進一步延長了班主任的工作時間。家校溝通從固定場景轉向隨時線上後，班主任的工作邊界更容易被打破。通知、回饋、詢問和投訴可以在晚間、週末或節假日出現。班主任如果及時回應，容易形成持續線上的工作狀態；如果延遲回應，又可能承受不被理解的壓力。溝通工具提高了聯繫效率，也使班主任更難從工作事務中抽離出來。由此形成的負擔，既是時間負擔，也是情緒負擔。

數位化管理的擴張同樣帶來了新的事務壓力。學校使用校園平臺、資訊採集系統、活動打卡程式和家校溝通軟體，本意在於提高管理效

率。但如果平臺之間缺少整合，資料不能共用，班主任就需要在多個系統中重複填報、反復核對和持續提醒。同一類學生資訊可能需要在不同平臺提交，同一項活動可能既要線上打卡，也要上傳照片，還要保存線下材料。數位化工具在這種情況下並未減少勞動，反而成為新的任務入口。班主任不僅要完成教育工作，還要承擔平臺運行中的督促、維護和補充性勞動。

責任風險的集中，也是非教學事務負擔加重的重要因素。學生請假、到校離校、課間活動、校外實踐、同伴衝突、身體不適和心理異常等事項，都可能與班主任責任聯繫起來。班主任應當承擔必要的觀察、提醒、報告和協調責任，但如果學校和家長將學生事務中的風險責任過多集中到班主任身上，班主任就會傾向於通過反復通知、反復確認和反復記錄來降低責任風險。此類做法在一定程度上能夠減少爭議，卻也使班級管理更容易轉向風險防控和材料保存。

在責任壓力較大的情況下，班主任的教育判斷空間會受到壓縮。面對學生矛盾，班主任本可以通過溝通引導學生理解規則和責任；面對課間活動，班主任本可以在安全與自主之間保持適度平衡。但當責任追究和投訴壓力過重時，班主任往往更關注事件是否可控、記錄是否完整、家長是否認可。教育問題因此容易被處理成風險問題。班主任投入大量精力進行提醒、備案和彙報，學生成長中的真實問題反而可能被程式性事務遮蔽。

班主任專業支援不足，也會放大非教學事務的壓力。許多班主任需要獨自面對家校衝突、學生心理風險、同伴矛盾和突發事件。對於青年班主任而言，相關經驗和專業訓練相對不足，面對複雜問題時更容易依靠延長工作時間和增加記錄來應對。學校如果缺少穩定的支持體系，德育幹部、心理教師、年級組長、任課教師和相關專業人員不能形成協同，複雜事務就會繼續向班主任個人集中。班主任不僅承擔教育責任，還承擔溝通、記錄、協調和善後責任，工作負擔自然不斷加重。

評價機制的不合理也值得注意。班主任工作中最有價值的部分，往往不容易被即時量化。學生信任的建立、班級關係的改善、規則意識

的形成、特殊學生的長期支援，都需要時間積累，也不容易用表格和資料呈現。相比之下，材料是否齊全、活動是否留痕、平臺是否按時完成、通知是否及時轉發，更容易進入學校評價視野。當形式性成果更容易被看見，班主任便會被迫投入更多時間完成可展示、可檢查的事務。

由此可見，班主任非教學事務負擔的加重，實質上反映了班主任工作邊界缺少制度確認。班主任應當承擔班級育人責任，但不應成為所有學生相關事務的最終承接者。哪些工作屬於班主任專業職責，哪些工作應由學校職能部門承擔，哪些工作需要家長、年級組、心理教師或其他人員共同分擔，都需要更加清晰的制度安排。邊界不清，任務便容易持續進入；責任不明，壓力便會繼續下沉。班主任減負若只停留在提高個人效率層面，很難觸及問題根源。

4 班主任非教學事務的合理邊界

班主任非教學事務負擔能否得到減輕，關鍵在於責任邊界能否被清楚劃定。若邊界不明，許多與學生、家長和班級有關的事項都會被自然地推向班主任。班主任在學校組織中處於班級層面的核心位置，確實應當承擔必要的班級管理和學生發展支援責任，但這種責任並不意味著班主任可以無限承接所有事務。討論班主任減負，不能只強調減少數量，更要說明哪些工作應當由班主任承擔，哪些工作不宜繼續轉嫁給班主任。

班主任工作邊界首先不能簡單按照“教學”與“非教學”劃分。班主任工作中有大量內容並不屬於課堂教學，卻具有明確的育人意義。學生談話、班級規則建設、同伴矛盾協調、家校基本溝通、德育活動組織、學生異常情況初步識別等，都屬於班主任專業職責的重要組成部分。這些工作雖然不直接表現為學科知識傳授，卻關係到學生在學校生活中的秩序感、歸屬感和發展支持。若把這些內容簡單視為“額外負擔”，反而會削弱班主任工作的專業內涵。

真正需要限制的，是那些教育關聯較弱、行政化色彩較強、重複性較高、主要服務於檢

查留痕的事務。比如，多頭統計、重複填表、過度拍照、頻繁截圖、形式化總結、與班級育人關係不大的臨時活動材料等，都不應長期依賴班主任完成。此類事務並非完全沒有管理意義，但其教育價值有限，且很多工作可以通過學校職能部門統籌、平臺資料共用或專門崗位處理。如果繼續把這些任務層層下沉到班主任身上，班主任就會被迫把大量時間投入低效事務，而難以保持對學生成長的持續關注。

從職責屬性看，班主任應當主要承擔與學生成長和班級生活直接相關的工作。學生日常行為引導、班級秩序維護、班級文化建設、家校基本聯繫、學生問題初步發現和一般性協調，屬於班主任職責範圍。班主任在這些工作中需要運用教育判斷，理解學生狀態，協調不同關係，並將學校要求轉化為適合班級生活的教育安排。這類工作不是普通事務勞動，而是班主任專業化的重要體現。

相應地，超出班主任專業能力和崗位責任範圍的事務，應當建立轉介和協同機制。學生心理危機的專業幹預、嚴重校園安全事件的處置、複雜法律糾紛的應對、家庭教育深層矛盾的解決，都不能簡單壓給班主任。班主任可以承擔早期發現、資訊報告、溝通協助和後續關注的責任，但不應成為所有問題的最終責任人。學校應當通過心理教師、德育幹部、年級組、法治副校長、校醫以及相關職能部門形成支援網路，使班主任在面對複雜問題時不至於獨自承擔全部壓力。

家校溝通的邊界也需要被明確。班主任與家長保持聯繫，是學生成長支持的重要環節。班主任應及時向家長回饋學生在校的重要情況，也應瞭解家庭教育中可能影響學生發展的因素。但家校溝通不應被理解為全天候服務，更不應將家長所有疑問、情緒和要求都轉化為班主任必須即時回應的任務。學校可以明確家長群使用規則、溝通時間、問題分類和處理流程。涉及學科教學的問題，應由任課教師共同回應；涉及學校政策和管理安排的問題，應由學校相關部門作出說明；涉及心理、安全和特殊事件的問題，應由專業人員和管理人員共同參與。只有將溝通責任適當分擔，家校共育才不會演變為班主任單方面承擔壓力。

數位化事務同樣需要邊界。學校使用數位平臺，應當以服務教育教學和減少重複勞動為目標，而不能把平臺變成新的任務入口。對於學生基礎資訊、活動參與情況、安全提醒和家校聯繫記錄，應盡可能實現一次採集、多方共用。非必要情況下，不宜要求班主任反復上傳照片、視頻、截圖和軌跡資訊，也不宜通過打卡、排名、線上時長等方式製造新的管理壓力。教育部辦公廳關於減輕中小學教師非教育教學負擔的相關通知已經明確提出，教育應用程式不得設置打卡簽到、積分排名、統計線上時長等強制性功能，非必要不得強制要求教師上傳工作照片、視頻和軌跡等^[7]。這一要求為限制數位化事務過度進入班主任工作提供了明確依據。

社會事務進校園也應當劃定清晰邊界。學校承擔一定社會教育功能，但這並不意味著所有社會事務都可以通過學校和班級向教師傳導。對於與教育教學關聯不強的活動，不宜要求班主任組織學生參與，更不宜通過打卡留痕、填報總結等方式增加負擔。相關政策已經明確提出，不得要求教師承擔巡河護林、上街執勤、創城慶典、匯演展覽等非教育教學任務，也不得以打卡留痕、填報總結等方式驗收活動。這類規定的意義，不只在於減少具體任務，更在於確認教師特別是班主任的崗位責任邊界。班主任的主要工作場域應當是班級教育和學生成長，而不是各類外部事務的末端落實。

班主任非教學事務邊界的劃分，還需要避免兩個誤區。一個誤區是把所有課堂之外的工作都視為負擔，從而忽視班主任工作的育人特點。另一個誤區是把所有學生相關事務都歸入班主任職責，從而使班主任責任無限擴大。前者會弱化班主任專業價值，後者會造成班主任過度消耗。較為合理的做法，是以“是否直接服務學生成長”“是否需要班主任專業判斷”“是否必須由班主任完成”“是否存在其他更適合的承擔主體”作為判斷依據。

在這一判斷標準下，班主任的合理邊界可以概括為：班主任應承擔班級育人中的基礎性、日常性和協調性職責，但不應承擔與教育教學關係不強、主要服務行政留痕、超出專業能力範圍或可以由其他崗位完成的事務。邊界的確

立不是為了讓班主任減少責任，而是為了讓責任更加清晰。只有邊界清楚，班主任才能把有限時間用於真正需要其專業判斷和教育投入的工作。班主任減負的實質，也正是在明確職責的基礎上，使其從無序擴張的事務中回到班級育人的專業位置。

5 班主任減負機制的建立

班主任減負不能停留在一般性的宣導層面。若學校仍然按照原有方式分配任務，班主任仍然是各類事務進入班級後的主要承接者，減負便難以真正落實。班主任非教學事務負擔的形成，既有外部任務傳導的原因，也有學校內部治理方式的問題。因此，減負機制的建立應當從任務源頭、工作流程、責任分擔和評價方式等方面同時展開。它不是簡單要求班主任提高效率，而是要減少不必要的事務進入班主任工作範圍。

建立任務准入機制，是班主任減負的前提。學校應當對進入班級、進入班主任工作範圍的事務進行必要篩選。並非所有涉及學生的資訊收集、活動組織和材料報送，都應直接交由班主任完成。凡是要求班主任統計、填報、拍照、轉發、催促和上傳的任務，都應當先判斷其是否與學生成長和班級教育直接相關，是否必須由班主任完成，是否存在其他更合適的承擔主體。對於教育關聯較弱、行政色彩較重、重複性較高的事務，應盡量由學校職能部門統一處理，或通過年級組、行政人員和資訊系統分擔，不能簡單下沉到班主任個人。

任務准入還應與清單管理結合起來。2019年關於減輕中小學教師負擔的相關意見已經提出，要清理精簡督查檢查評比考核事項，並對保留事項實行清單管理。2025年教育部辦公廳進一步提出，要規範涉校涉師督查檢查評比考核清單管理，未納入清單的事項原則上不得開展。這些要求對班主任減負具有直接啟示。學校內部也應建立類似的任務清單，對需要班主任承擔的常規事項、臨時事項和協助事項作出區分。常規工作可以明確標準，臨時工作應控制頻次，協助性工作則應限定班主任參與範圍。只有任務入口受到約束，班主任工作才不會被不斷追加的事務沖散。

數字平臺整合是減少重複勞動的重要環節。當前許多班主任的事務負擔並不是來自某一個平臺，而是來自多個平臺之間的資料重複和流程分割。學生基礎資訊、請假記錄、家長聯繫方式、安全提醒、活動參與情況等內容，常常在不同系統中反復出現。學校應當推動資料統一採集和共用使用，減少班主任重複填報和多頭提交。凡是已有資料能夠自動生成的，不宜再要求班主任重新填寫；凡是可以由系統統一提醒的，不宜完全依賴班主任逐一催促；凡是無需長期保存的過程材料，也不宜要求反復截圖和上傳。

數位化管理還應避免製造新的形式主義。平臺應用本應服務教育教學，而不能成為新的考核工具和留痕工具。若平臺設置過多打卡、排名、時長統計和上傳要求，班主任就會從原來的紙質填報轉向線上填報，負擔並沒有減少，只是改變了表現形式。學校在使用數位工具時，應當明確平臺任務的必要性，減少非必要照片、視頻、軌跡和截圖上傳。對於確需保留的過程記錄，也應當堅持夠用原則，而不是追求材料越多越完整。數位化減負的關鍵，不在於使用更多平臺，而在於減少重複流程和無效證明。

家校溝通機制也需要規範。班主任與家長保持聯繫，是學生成長支援的重要內容，但這不意味著班主任應當承擔無邊界的溝通責任。學校可以對家長群使用作出基本規範，明確通知發佈、問題回饋、學生事務溝通和緊急事件處理的不同方式。一般性通知可以由學校統一發佈，學科問題應由任課教師共同回應，涉及學校制度和管理安排的問題應由相關部門說明，涉及心理、安全和特殊事件的問題則應啟動專門處理流程。班主任可以承擔必要的協調責任，但不應成為所有家校問題的唯一出口。

規範家校溝通，還需要保護班主任合理的休息邊界。家長群和即時通信工具使溝通變得便利，也使班主任更容易處於持續線上狀態。學校可以明確非緊急事項的溝通時間，引導家長尊重教師工作和休息安排。對於反復出現的共性问题，學校可以通過年級說明、家長學校、常見問題清單等方式統一回應，減少班主任重複解釋。對於情緒化投訴和複雜矛盾，不能讓班主任獨自承受，應由年級組、德育部門或學

校管理人員共同介入。家校共育應當體現共同責任，而不是把溝通壓力集中轉嫁給班主任。

班主任減負還需要穩定的團隊支援機制。班主任工作面對的是複雜的學生發展問題，單靠個人經驗很難應對所有情境。學校應建立班主任共同體，讓班主任在班級管理、家校溝通、學生心理支援、同伴衝突處理和突發事件應對中獲得持續支持。對於青年班主任，學校可以通過導師制、案例研討、跟崗學習和問題會診等方式，說明其形成基本的專業判斷。班主任培訓也不應只停留在經驗介紹和工作佈置上，而應增加心理識別、溝通策略、教育懲戒、法律邊界和危機轉介等內容。

在處理複雜學生問題時，學校還應建立清晰的轉介機制。班主任可以發現問題、初步溝通和持續關注，但不能代替心理教師、校醫、德育幹部、法治人員和學校管理部門承擔專業處置責任。學生心理危機、嚴重欺凌事件、複雜家校糾紛、重大安全風險等問題，必須由學校組織多方力量共同處理。若所有複雜問題最終都由班主任個人承擔，班主任就只能通過增加記錄、反復溝通和延長工作時間來降低風險。建立協同支持機制，既是對班主任的保護，也是對學生問題負責的表現。

評價機制的調整同樣重要。班主任工作評價如果過度依賴材料、照片、台賬和平臺完成率，班主任就會被迫把精力投入可展示、可檢查的事務。學校評價應當減少對形式性材料的依賴，更加關注班級運行品質、學生發展支持、家校溝通效果和班主任專業投入。學生關係是否改善，班級規則是否穩定，特殊學生是否得到持續關注，家校矛盾是否得到合理處理，這些內容雖然不易量化，卻更能體現班主任工作的真實價值。評價方式如果不改變，減負很容易在執行中走樣。

班主任工作量認定也應更加合理。班主任承擔的學生談話、家校溝通、班級活動、突發事件處理和個別學生支持，往往具有隱性勞動特徵。這些工作不一定形成可見成果，卻消耗大量時間和情緒。學校在工作安排、績效分配、評優評先和職稱評價中，應當承認班主任工作的專業價值，而不是只把班主任津貼視為對額外勞動的簡單補償。只有班主任的專業勞動被看

見，減負才不會被誤解為減少責任，而會被理解為保護專業勞動。

班主任減負還需要上級部門、學校和家庭之間形成共同意識。上級部門應減少對學校和教師的無關事務輸入，學校應建立任務篩選和協同分擔機制，家長也應認識到班主任不是全天候事務服務者。班主任處在學生成長支持的前線，但不能成為所有教育問題和管理問題的最終承接者。減負機制的意義，在於把班主任從不必要的事務消耗中釋放出來，使其能夠把主要精力用於學理解、班級建設、德育引導和家校協同等真正具有教育價值的工作。

6 班主任專業角色的回歸

中小學班主任非教學事務負擔問題，表面上是工作量過重，深層仍是班主任專業角色被事務性工作擠壓。班主任並不是學校行政任務的簡單傳遞者，也不是所有學生事務的兜底責任人。班主任工作的核心，應當落在學生成長支持和班級教育生活的組織上。學生需要班主任的觀察、理解和引導，班級需要穩定的規則、關係和文化。若班主任長期被材料、平臺、打卡、留痕和無邊界溝通牽制，其專業作用就難以充分發揮。

班主任減負不是將班主任從班級事務中抽離出來，而是使班主任從低效事務中回到專業工作本身。學生談話、班級規則建設、同伴關係協調、家校基本溝通和日常德育引導，仍然是班主任不能回避的職責。這些工作雖然不一定產生顯性的材料成果，卻直接影響學生在學校中的安全感、秩序感和成長狀態。與此相比，重

複填報、形式留痕、過度打卡和與教育關係較弱的臨時性任務，不應長期佔據班主任主要精力。

合理的工作邊界，是班主任專業化的重要條件。邊界清楚，班主任才知道哪些責任需要主動承擔，哪些問題需要協同處理，哪些事務應當由學校其他崗位分擔。沒有邊界，班主任容易被要求處理所有與學生有關的事項，工作也會不斷向外擴張。這樣的擴張看似增強了班主任責任，實際卻會削弱其專業判斷和育人投入。班主任工作越專業，越需要制度對其職責範圍作出保護。

學校在班主任減負中承擔關鍵責任。任務准入、平臺整合、家校溝通規範、團隊支援和評價調整，不能只停留在檔要求上，而應進入學校日常運行。減少不必要的事務，不是為了降低學校管理要求，而是為了讓管理更接近教育本身。班主任有更多時間接近學生、理解學生和支持學生，班級教育才可能變得更加細緻。班主任的專業勞動被尊重，學生成長中的許多細小問題才更容易被看見。

中小學教育離不開班主任的日常工作。班主任減負的真正意義，不在於把工作做少，而在於把工作做准。把不該由班主任承擔的事務擋在邊界之外，把需要協同處理的問題交給相應主體，把班主任的時間還給學生和班級生活，班主任專業化才有現實基礎。只有當班主任不再被大量低效事務消耗，其作為學生成長引導者、班級文化建設者和家校關係協調者的角色，才能真正回到學校教育的中心位置。

參考文獻：

- [1] 中華人民共和國教育部. 教育部關於進一步加強中小學班主任工作的意見[Z]. 教基〔2006〕13號, 2006-06-04.
- [2] 孔凡琴, 鄧濤, 楊大清, 等. 中小學教師工作時間及對工作負荷感的影響研究[J]. 華南師範大學學報(社會科學版), 2023(6): 95-106.
- [3] 中華人民共和國教育部. 中小學班主任工作規定[Z]. 教基一〔2009〕12號, 2009-08-12.
- [4] 薛海平, 張詩雅. “雙減”背景下義務教育教師工作負擔水準及結構研究[J]. 中國教育學刊, 2024(7): 70-77.
- [5] 宋萑, 吳健健. 我國中小學教師負擔生成機制的質性研究[J]. 華東師範大學學報(教育科學版),

2023(9): 16-37.

[6] 中共中央辦公廳, 國務院辦公廳. 關於減輕中小學教師負擔進一步營造教育教學良好環境的若干意見[Z]. 2019-12-15.

[7] 教育部辦公廳. 關於進一步減輕中小學教師非教育教學負擔若干措施的通知[Z]. 教師廳〔2025〕2號, 2025-10-14.

版權聲明

© 2026 作者版權所有。本文依據“知識共用署名 4.0 國際授權合約”(CC BY 4.0)以開放獲取方式發佈。該許可允許使用者在任何媒介中自由使用、複製、傳播與改編文章(含商業用途),惟須明確署名原作者及出處,並注明所作修改(如有)。完整協議詳見:<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.zh-hans>

出版聲明

所有出版物中的陳述、觀點及資料僅代表作者及供稿者個人立場,與 Brilliance Publishing Limited 及/或編輯人員無關。Brilliance Publishing Limited 及/或編輯人員對因內容所提及的任何理念、方法、說明或產品所導致的人身或財產損害概不負責。