

# 高职院校心理健康教师的 教育困境与教育对策

刘磊

(南京城市职业学院 质量管理与科研处, 南京 210000)

**摘要:** 高职院校要提高办学水平和办学质量, 必须高度重视学生的心理健康教育工作。文章分析了当前高职院校心理健康教师面临的教育困境及其内在原因, 提出了相应的建设性对策, 以期增强高职院校心理健康教育的实效, 保障高职院校学生的身心健康发展。

**关键词:** 高职院校; 心理健康教育; 教育困境; 教育对策

**中图分类号:** B849 **文献标识码:** A **文章编号:** 2095-5995 (2022) 09-0088-06

高职院校作为我国高等教育的重要组成部分, 近些年来得到了大幅度发展。高职院校应当承担起培养高素质人才的责任。但随着高职院校学生人数逐年增加, 这些学生中有的不适应新环境、学习压力过大, 有的因就业形势严峻、承受能力薄弱, 产生认知偏差, 也有的因学习基础差, 或因家庭因素等, 造成学习劲头不高, 这些都在心理健康方面造成负面影响。解决高职院校学生心理健康问题, 成为高职院校提高办学水平和培养质量必须重点关注的重要问题。

## 一、高职院校开展心理健康教育是教育发展的必然要求

### (一) 心理健康教育是时代发展的必然需求

2018年7月, 中央教育部党组下发了《高等学校学生心理健康教育指导纲要》(以下简称《纲要》)。《纲要》明确指出, 要把学生心理健康教育课程纳入高校整体教学计划, 切实提高学生心理健康水平, 为高校教育事业的健康发展提供坚实的保障。因此, 高职院校在为社会的和谐发展提供源源不断的技术性人才的同时, 也要在高职院校开展心理健

康课程, 高度关注学生心理健康问题, 加强心理健康教育, 促进高职学生健康成长。在社会压力不断增大的情况下, 越来越多的人患上了精神、心理疾病。高职院校的大学生正处在身体和精神发展的关键时期, 由于生活环境的改变, 个体的自我调节能力不强, 学习压力、就业迷茫、社会节奏快、经济压力大等都有可能引发高校大学生的心理问题, 如退学、自杀、暴力等事件。据中国疾控中心相关数据统计, 目前, 15%—27.6%的大学生存在着焦躁不安、适应障碍、神经衰弱等心理问题。由此可见, 心理问题已经比生理问题更为突出, 严重地影响着学校家庭的和谐与稳定<sup>[1]</sup>。因此, 开展心理健康教育是社会发展的必然需求。

### (二) 心理健康教育是实施素质教育的需要

《中华人民共和国教育法》第六章第四十六条明确规定, 教育行政部门和学校要高度重视学生心理健康教育, 保护学生的身心健康。心理健康教育是党和国家的基本要求, 也是每个学校应尽的义务。必须把心理素质培养纳入受教育者全面发展的衡量因素之一, 要求从把分数作为评价学生唯一标准的应试教育转变为重视心理素质培养的全民素质教育。素

基金项目: 2022年度南京城市职业学院(南京开放大学)一般项目“高职院校思政教育“三全”育人“一二三四”推进模式探析”(项目编号: JKY202205)。

作者简介: 刘磊, 男, 江苏扬州人, 硕士, 大学生思想政治教育助教, 主要从事思想政治教育, 教育教学管理研究。

质包括意识、知识、技能三方面,是对人身体和心理发展程度的全面评估。素质教育是为了提升全民族的基本素质,而心理健康教育正是素质教育的关键组成部分。作为民族振兴的主要力量,高职院校的学生必须具备健全的体魄和健康的心理素质。而良好的心理素质,已成为学生综合素质重要的组成部分。心理健康课程是对学生情感、人格、自我保护等方面的培养,对学生成长、生活、求职等方面存在的问题有更好的了解和处理,从而提高学生在发生心理行为问题时的求助意识,降低和避免对其心理健康造成的负面影响,帮助她们从容应对困难和挑战,以适应未来社会发展的客观需要。健康的心理能让大脑位于最佳状态,从而提高学习和工作的效率,促进智力和个性的发展。在素质教育的背景下,开设高职院校的心理健康课程,既符合当前时代的发展观念,也符合高职学生的成长需求<sup>[2]</sup>。

### (三) 心理健康教育是德育工作改革的需要

德育,这个词有着丰富的思想内涵,它被赋予新的时代内涵,可以说是一个动态发展的概念体系。当下,在学生全面、综合发展过程里,道德教育已经成为其中的关键枢纽。国家教委也明确指出教育工作始终要把德育工作摆在首位。德育工作和心理健康教育的关系相辅相成。首先,心理健康教育把学生的个性发展问题(包括自我调节、情绪控制、人际关系的处理、融洽等)纳入到整个道德教育大范围内,从而拓宽了传统德育工作内容的范围。其次,学生心理教育主要以德育工作为主,我们要充分尊重学生、理解学生、信任学生、爱护学生,要伏下身子与学生平等对话、交流,为促进学生能力的全面发展、全面提升,给学生开启一个自由的心灵空间。然后,要充分认识到学生心理健康教育是学校德育工作的基础,它发挥着调节学生心理承受机制的独特作用,从而能够促进德育目标的尽快实现。要实现学生准确理解和认同思想品德教育,并使其产生“内化”功能,就必须让学生具备健康的心理品质。因此,高职院校教师如何将心理健康教育渗透于德育工作中,是我们每一个教育工作者不断探索、思考的重要课题。对此,教师务必要充分认识到学生心理健康教育与德育工作的相似点和不同之处,并将其具体结合,采取明确细化的措施。

### (四) 心理健康教育是学生全面发展的需要

《中共中央国务院关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》提出,要求学生全面发展

健康成长。因此,推进心理健康教育不仅是社会发展的需求,也是学生个人成长的需要。大学生正处于人生的重要发展阶段,在学习、社交、就业等多方面对心理健康教育都有较高的需求<sup>[3]</sup>,需进一步推进学生快速地向成熟期发展。高职院校的学生在心理发展方面,有主观上自我意识的不成熟,这对高职学生的学习造成了极大的负面影响。因此,教师对大学生进行心理健康教育不仅可以使大学生的心理素质得到提升,而且对其智力发展也起到了很大的推动作用,对大学生的思想意识和道德危机也有很大的促进作用,使他们能够悦纳自己,并在工作中磨练自己的人格,培养忍耐力和应变能力。总之,开设高职院校的心理健康课程,应在时间上、在空间上、在主体上,实现全员育人、全过程体现、全方位保障,形成三全育人的心理健康教育架构<sup>[4]</sup>。这是为了新时代社会的发展需求,也是为了高职院校学生的进一步健康成长,更是为学生的未来发展奠定了良好的心理基础。

## 二、高职院校心理健康教师的现实困境

### (一) 教师思想观念亟需更新

高职院校教师对心理健康教育的认知存在一些误区。首先,心理健康问题涉及到学生的隐私,很多持传统观念的教师认为要尊重学生,首先要尊重学生的隐私。虽然这种想法是不无道理,但教师对其的解读需要从心理健康角度去考量,如果学生的隐私问题已经造成学生无法正常生活,教师就必须去进行干预。因此,要把心理健康教育融入到各种教育实践活动之中,要充分发挥其作用。但不论是教师,学生,还是学生父母,对心理健康教育的认知都不健全。其次,心理健康教育的教学内容虽相对独立,却有较强的知识性。但是在高职院校的心理健康教育实践中,这种思想观念较为陈旧,学生的实际问题很难得到解决。教师的授课都仅仅在完成教学任务,对学生的关心不足,学生面临的困扰和心理行为问题都无法得到真正解决。

### (二) 教师教学方式比较单一

心理健康课程的教学方式应具有多样性,但从目前的课程实践来看,很多高职院校的教师教学方式都较为单一。主要因素是教师对课程内容的不重视,也有教师和学生配合度不高的成分<sup>[5]</sup>。教师教学方式的单一性,很难使具有差异性的学生心理问题得到缓解。目前,虽然高职院校都普遍拥有丰富

的教育资源,如政治教育老师、水平较高的辅导员老师、心理健康咨询师、校医务工作者等,但是从整个教育层面来看,并没有看到实质性的转化和运用。还有,心理健康教师开展的校园文化活动过于形式和敷衍,仅仅是循规蹈矩、按部就班地去执行,未能与时俱进,缺少创新思维。他们的心理健康课程没有真正把大学生的心理健康问题时时放在“心”上,导致心理健康教育没能取得更好的效果。

### (三) 教师教育水平需进一步加强

从整个社会层面来看,虽然高校学生心理健康教育起步久远,但是在我国却是一种新的教育方式,它是随着我国政治、经济社会的迅猛发展而逐步推广的。当前,从我国职业院校师资情况来看,大部分教师都不是心理学专业的。因此,教师在对学生心理健康教育方面的教学能力和心理专业咨询服务水平普遍不是很高,其心理素质也不是很好。教师面临着改革环境的“外困”状态,容易产生适应障碍的心理反应,导致心理健康教育成效未能达到预期的高度。当然,教师是为教育事业服务的,在教书育人的过程中,同时也要做好学生的心理服务工作,提升服务水平,为学生的身心健康保驾护航。为此,教师要加强自身的心理素质建设,提高全面执教和专业服务的能力,坚持学习,时刻学习,活到老学到老,成为孜孜不倦的终身学习者。

### (四) 师资队伍建设和管理体系有待完善

据调查发现,高职院校心理健康教师普遍缺乏一定的心理学知识和实际操作能力,缺少一定数量的专业培训和深研的研究交流平台,教师发展渠道和专业成长未能得到学校的大力支持和保障,心理健康教育师资队伍建设和有待于加强。当前,大部分高职院校的心理健康管理体系仍处于建设中,并没有形成完善的内容体系。随着心理健康教育理念逐步被广大教师所认知,高职院校原本的教学体系和教学内容才开始做出改变。但是,其管理体系的建设需要以实践为基础,这就迫使学校层面在实践中不断摸索寻找合适的管理方法,为学生的心理健康教育打开新门径。在当前的信息教育背景下,心理健康教育也要将各种资源和力量有效地整合在一起,重视教学方法,增加教育形式、参与学习体验。

### (五) 教学成效评价没有突出学生的主体地位

所有学科的教学都应注重学生的主体地位,尤其是心理健康课程。教师更需要从学生的心理需求出发,贴合学生实际生活,为解决学生的心理问题

制定针对性的教学计划。教师在整個心理健康课程的教育过程中,都应完全突出学生的主体地位,培养其自我价值感。但不少心理教师只是单纯的灌输,并不能与预期目标产生共鸣,导致学生只能被动地接受。由于缺乏理论上和情感上的交流,所以教师不能充分的调动学生的主观能动性,使其产生获得感。这样的教育教学形式下,学生的主体地位逐渐被弱化,学生就很难适应心理健康教育课程,无法达到缓解其心理压力、实现自我情绪的调节。教师让大学生在心理健康教育中更有获得感,将有助于改善其心理健康问题。

### (六) 辅导员与学生谈心工作实效不高

辅导员传统的谈心模式流于形式,方法单一,不够灵活,不能满足学生多元化的需求,很难有效实现方向指引,产生心与心的沟通。面对学生心理健康问题,辅导员在谈心谈话工作中缺少“套路”,往往忽视了谈话艺术和话术技巧,更多的是漫无目的的闲聊,或者是不切实际的建议,没有找到问题的突破口、把话谈到心坎上,导致未能解决根本问题。再者,辅导员谈心谈话并没有与时俱进,没有根据时代变化的要求,用新思维和新方法应对大学生的“病灶”,因此,辅导员谈心模式有待于改进,谈话技术有待于加强,沟通效果有待于提高,如何构建高职院校辅导员谈心谈话长效机制,将成为一项重要的难点工作。

## 三、高职院校教师开展学生心理健康教育工作的基本策略和有效路径

### (一) 观念创新,全面提升教师对学生心理健康教育重要性的认识

如今,大学生自我意识强烈,但独立性差,热爱网络追求新颖,但容易受挫。加之,当今社会环境复杂多变,传统的价值观不断被各种思想观念冲击着,致使大学生却带着各种焦虑,负重前行。为了消除大学生日益递增的负面情绪,高职院校应转变教师传统的思想观念,尽快适应多元化的社会发展 and 时代要求。心理健康教育是一种独立、专一性的学科,对于大学生心理健全的发展起着不容小觑的作用,也是教师实现“以人为本”的重要手段。重视心理健康教育,维护学生的身心健康与和谐<sup>[6]</sup>。教师要让学生参与到实践活动中,可以让他们释放平时生活与学习中积攒的压力,树立积极的生活观念,为健康的成长提供可靠途径。学生是心理健康

教育的主要对象，学生的主动性是高职院校学生心理健康构建的主要形式。在心理课程中，学生能够主动的学习知识、排解心理压力是学生成长的表现，教师要注重对学生的引导，不仅要进行有效的学习活动，而且要创造有利的环境，让学生在思想上有所触动，有所领悟，并将其转化为实际的行为和精神上的发展。不断加强心理健康教育师资配备水平，全面注重教师对学生心理健康教育工作，提升大学生对心理健康服务质量的满意度。

### （二）强强联合，促进心理健康教育与校园文化、社会实践的有机融合

高职院校在心理健康方面的教育中，心理健康教师应在课程结构和教学方式上融入创新思维，如翻转课堂、微格教学等，激发学生对心理学的兴趣。还要构建多个主体的实践机制，实现强强联合。心理健康教师应在校园特色文化活动的基礎上与社会实践相结合，让学生提前感知到社会工作的工作环境压力，从而强化其心理素质，培养积极向上的心态。心理健康教师要运用校园文化与社会实践相结合的方法，在实践活动中通过积极向上的校园文化氛围引导学生，注重课内与课外知识的牵引，增强学生的自信心，重视自己的心理。此外，心理健康教师还应与校外的社会组织机构，制定定期的活动内容和实施方案，以学生的求职心理为活动组织的内在目标，解决学生在职业生涯中产生的心理问题。尤其是在网络发展背景下，与短视频平台进行合作，让学生亲身参与到视频制作中，在此过程中教师需加强与学生之间的沟通和互动。同时，心理健康教师还应鼓励大学生创办诸如“同伴社”“七彩阳光心理协会”“诺科心理学社团”“青春健康俱乐部”等高层次的心理健康社团，开展心理学趣味测验、团体沙盘、“跳”出枷锁”心理情景剧等体验效果尚佳的活动，以提高大学生的心理素质和精神素养<sup>[7]</sup>。除了在网络上建设心理健康社团之外，教师也可以联系当地的学生青年社团，去召集不同学校的学生，让大学生走出校园，走进社区、乡村、企业、军营等。值得借鉴的是，心理健康教师还可以利用大数据时代的优势，引入人工智能（AI）、虚拟现实（VR）、增强现实（AR）、云计算、区块链等技术，让教育课程标奇立异。总之，心理健康教师应通过各种喜闻乐见的活动形式、教学培训、见习实践，帮助大学生增强心理健康意识，确立正确的心理健康理念。

### （三）抓住关键，充分提高教师高质量的服务水平和能力

顺应时代发展的要求，提升教师高质量的服务水平，已成为教师队伍建设中的当务之急。教师服务水平是教育教学质量的重要因素之一，在高职院校的心理健康教育课程中，教师的综合素质对学生的心理引导具有重大的意义。因此，要提升教师的服务力度，首要的是教师要加强自身的心理素质，正确化解社会压力、教育压力、自我压力带来的负面影响。快速适应外部环境的变化，主动改造自身心理世界，维持健康稳定的主导教育心境。其次，发挥职业道德精神，切实做到关心学生、关照学生、关爱学生。教师要充分关注学生的生活状态和学习情况，在生活上给予帮助，在学习上给与引导。然后，教师应提高对学生心理健康教育的意识，提高专业素质，提高服务能力。接下来，教师要缓解学生的成长压力，在深入学生学习与生活的过程中要与学生建立亲密融洽的师生关系，尊重学生的自我选择，切不可强硬的对学生进行“关爱”，以免引起学生的不满。并及时掌握学生思想动态，提高课堂效率。总而言之，教师在实施课程思政改革的同时，须对学生的心理健康教育做好推动作用，并将政治认同、责任意识、道德修养、健全人格等重要品质的培养随风入夜融入心理教学中，用价值观教育促使学生思考体验、弃芜求精、领悟升华，让学生对心理问题加深关注，使其心理素质和调节技能进一步提升，引导学生心理和谐。最后，除了专任教师，还应强化高职院校辅导员及班主任的培养，请优秀专职心理健康教育教师开展专题培训讲座，提升他们的相关专业技能，让其在心理健康教育中的地位更加突出，使他们成为另一支不可或缺的力量，从而达到“育心”的效果<sup>[8]</sup>。

### （四）队伍建设，着力构建科学完善的心理健康教育管理机制

开展心理健康教育，首先要加强学校心理健康教育师资队伍的建设。引进具备心理学相关专业人才，配齐配强教师队伍。分层分类强化教师培训，建立评估机制，做到全员覆盖。建立资深的研究交流平台，支持保障教师专业成长，畅通教师发展渠道。再者，学校要大力支持和全面指导教师的教学工作，为教师的心理健康教育管理工作建立完善而适用的机制，以“1+N”服务体系提升学生心理健康素质。第一，教师要充分重视心理健康课程的设置志

安排,确定实践教学的比例。第二,教师应合理构建多层的心理健康教育系统,根据不同学生的年龄阶段、心理表现特征、心理发展规律等多层面,确立并制定分层教学内容,以适应不同学生群体的心理健康服务需求。完善的心理健康机制能够为教育教学提供方案,为教师的教学发展提供帮助。第三,教师应贴合学生当今时代发展下的心理需求,制定合理、科学的心理教育教学计划,满足学生的心理发展需求。第四,教师应以学生(“1”)为出发点,围绕学生的健康发展,协同家庭、学校、社会、政府等多方力量(“N”),建立联动视域下“1+N”心理健康教育服务体系。把握核心,多维共建,精准施策,发挥心理健康教师的主导作用,共同促进大学生心理健康水平提升<sup>[9]</sup>。客体方面,高职院校的学生也要加强自身的努力,学会在逆境中生存,在压力较大的环境下想办法排解自身的情绪压力,尽可能的保持心理健康。在这种背景下,多方协同支持,育人合力,发挥辐射带动作用,促进高职学生的心理健康发展,筑牢学生心理健康的“防火墙”,为父母营造和谐的家庭环境,为校园提高良好的学习氛围,为社会构建积极的文化体系。

(五) 以生为本,打造以学生获得感为重心的多元化评价体系

如今,获得感的内涵与标准已经作为提升民众福祉的新焦点,大学生从心理健康教育中所获得的满足感和成就感在高职院校“立德树人”的理念中得到了充分体现。所以,心理健康教师要进一步确立以学生获得感为重心的评估导向,建立和完善学生的心理健康评估制度,有助于提高大学生的心理健康水平。教师对大学生心理健康教育效果进行评估,要以大学生为中心,以学生获得感为核心。建立合理科学、操作性强的评估目标体系,其中包含学生对有关问题的把握、学习情绪的调控、人际交往能力的评估等等,考核方法(含自我评估和他人评估)应做到理论结合实际。学生在学习过程中,教师不仅要以卷面形式来测试学生对心理健康教育的理解和把握,还要以交流、座谈、实践等形式来考察学生在学习过程中的体会和感受。心理健康教育是一项具有高度科学性和实践性的工作,高职院校面临着起步晚、经验不足等问题。因此,心理健康教师不仅要提升教学方法,关注学生,还要让学生发挥主体作用,衔接整理实践活动。同时,教师还要在咨询服务和心理育人环境方面去其糟粕,取

其精华,建立家、校、社联动育人机制,使“让大学生更有获得感”成为现实<sup>[10]</sup>。凝聚共识,构建高素质的教师团队,为学生的健康成长提供坚实的基础。教育评估机制有助学生的自我成长,也有助于心理健康教师进一步完备教学体系。它将在不断优化的教学资源下,日益改善学生的思想认识、价值取向、心理状态和个人行为。

(六) 设计策略,优化辅导员对学生的谈心、谈话方式

高校辅导员是教师队伍中的重要群体,也是高校学生学习生活管理和思想政治教育工作的组织者、实施者、考核者和指导者。在学生学习生活中,辅导员通过话谈心谈话,能及时解决学生学习和生活中遇到的困难。因此,辅导员在大学生心理健康教育中起到关键的沟通作用。高职院校基于积极心理学的思想,使辅导员在传统的“主动谈心”教学模式上,结合高职院校学生的个性特点和情境背景,不断进行优化,提高谈心的专业性,做到严谨和科学,通过有效的沟通和引导,找到突破口,对“症”下“药”,解决学生的心理健康问题,强化谈心的目标性。谈心谈话的难度在于每一个学生情况各不相同,每一件事又具有特殊性。所以,辅导员要善于观察和思考,用特定的表情、语言和动作与来访者建立良好的沟通。一半谈话一半谈心,换位思考,共情理解,设身处地的去考虑学生,做到真诚、认同、关怀。辅导员要区分谈心谈话的对象类型,优先选择谈话路径,使其更具有针对性,聚焦“谈认识”和“谈问题”这两方面,避免重“应急”轻“预防”、强“两头”弱“中间”、多“漫谈”少“策略”这个三个误区,增加深度的思想交流,找到心灵的同频共鸣<sup>[11]</sup>。巧妙建议,晓之以理,让学生自己寻找解决问题的路径。做好后期的跟进,用爱心、耐心、细心对学生加倍关注。除了线下交流,辅导员还可以建立互联网谈心谈话平台,运用新媒体网络谈心模式,形成长效反馈机制<sup>[12]</sup>。将这些技巧运用于其中,努力使大学生心理疾病问题迎刃而解,达到谈心谈话的最佳效果。

与此同时,辅导员也可以协助实施朋辈心理咨询,对于需要心理帮助的同学,辅导员可以找心理委员、寝室长,学生党员等这些年龄相当者,让其担任心理辅导员,给予心理上的开导安慰和困难帮扶,发挥好朋辈心理互助小组的带动效应。当同伴需要寻求心理援助时,可以通过创造一个良好的心

理环境来释放被帮助人的负面情感,让他们找到积极的力量,发掘自己的潜力<sup>[13]</sup>。

### 结束语

职业院校大学生普遍存在着心理健康问题,心理健康关系到大学生的学业就业、人际交往、个人发展与远大抱负。为此,高职院校应提高认识,创新观念、优化策略,加强大学生的心理健康教育,完善心理教育制度和教师队伍建设,健全心理教育机构。努力提升教师高质量的服务水平,打造以学生获得感为重心的多元化评价体系,为大学生提供更加专业、有针对性的心理辅导,营造健康乐观、富有活力的精神家园,使他们成为担当民族复兴大任的新时代青年。

### 参考文献:

- [1]严海辉.加强心理健康教育之我见[J].高等函授学报(哲学社会科学版),2001(03):36-38.
- [2]柯常钦.论大学生心理素质教育的意义及对策[J].高等函授学报(哲学社会科学版),2006,(06):45-47.
- [3]郭文刚.高校辅导员心理助人理论与实务[M].杭州:浙江大学出版社,2021:031.
- [4]顾雁飞.“三全育人”视域下高校心理健康教育路径创新[N].新华日报,2023-11-03(016).
- [5]俞国良,谢天.大心理健康教育观:背景、内涵和路径[J].教育科学研究,2019(1):63-64.
- [6]李春艳.高职院校学生心理健康教育现状与实施策略探究[J].国际公关,2020(11):60-61.
- [7]宋宁宁.浅谈加强大学生心理健康教育的路径[J].农家参谋,2019(08):226+232.
- [8]王翔宇,黄晓蕾.全员育人 全心育人——济南市教育局全面推进学生心理健康提升行动[J].山东教育,2023(25):35-37.
- [9]魏文琦.以“1+N”体系提升学生心理健康素质——访广东省基础教育心理健康教育教研基地(中山)[J].广东教育(综合版),2023,(11):70-73.
- [10]梁小玲.大学生心理健康教育获得感研究[D].南昌大学,2023. DOI:10.27232/d.cnki.gnchu.2023.001467.
- [11]王怀民.高校辅导员谈心谈话如何“谈到心坎上”[N].光明日报,2023-09-05(015).
- [12]王博古.基于心理咨询技巧的辅导员谈心谈话模式研究[J].陕西教育(高教),2023,(11):58-60.
- [13]袁晓琳.高校朋辈心理咨询模式的探析[J].教育现代化,2020,7(22):86-88. DOI:10.16541/j.cnki.2095-8420.2020.22.032.

## The Educational Dilemma and Educational Countermeasures of Mental Health Teachers in Higher Vocational Colleges

Liu Lei

(Nanjing City Vocational College, Quality Management and Research Division, Nanjing Jiangsu 210000)

Abstract: In order to improve the level and quality of running schools, higher vocational colleges must attach great importance to students' mental health education. This paper analyzes the current educational difficulties faced by mental health teachers in higher vocational colleges and its internal reasons, and puts forward corresponding constructive countermeasures in order to enhance the effectiveness of mental health education in higher vocational colleges and ensure the healthy development of students.

Keywords: Higher vocational college; Mental health education; Educational dilemma; Educational countermeasure