

HUAIJIAN

CHENGDI

YONGBAO

BIANHUA

厦门城市职业学院云顶丛书

XIAMEN CHENGSHI ZHIYE XUEYUAN YUNDING CONGSHU

化茧成蝶 拥抱变化

——大学生生涯发展与创新思维
(教师用书)

主 编 汪 琳 孙云莉 石 鹏
副主编 宋凌云 许柳青

厦门城市职业学院云顶丛书

XIAMEN CHENGSHI ZHIYE XUEYUAN YUNDING CONGSHU

化茧成蝶 拥抱变化

——大学生生涯发展与创新思维

(教师用书)

主 编 汪 琳 孙云莉 石 鹏

副主编 宋凌云 许柳青

HUAIJIAN

CHENGDI

YONGBAO

BIANHUA



厦门大学出版社
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

化茧成蝶 拥抱变化:大学生生涯发展与创新思维.教师用书/汪琳,孙云莉,石鹏主编.——厦门:厦门大学出版社,2019.6

ISBN 978-7-5615-7240-5

I. ①化… II. ①汪…②孙…③石… III. ①大学生—职业选择—教学参考资料
IV. ①G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2019)第 034253 号

出 版 人 郑文礼

责任编辑 江珏琦

出版发行 厦门大学出版社

社 址 厦门市软件园二期望海路 39 号

邮政编码 361008

总 编 办 0592-2182177 0592-2181406(传真)

营销中心 0592-2184458 0592-2181365

网 址 <http://www.xmupress.com>

邮 箱 xmup@xmupress.com

印 刷 厦门市金凯龙印刷有限公司

开本 787 mm×1 092 mm 1/16

印张 16.75

插页 2

字数 348 千字

版次 2019 年 6 月第 1 版

印次 2019 年 6 月第 1 次印刷

定价 48.00 元

本书如有印装质量问题请直接寄承印厂调换



厦门大学出版社
微信二维码



厦门大学出版社
微博二维码

序 言

《化茧成蝶 拥抱变化——大学生生涯发展与创新思维》是我校第一本关于职业生涯发展与创新思维的校企合作开发教材,也是第四批校企合作课程开发项目的成果之一。我校自2008年开设职业生涯发展课程,迄今为止恰逢十周年,俗话说“十年树木,百年树人”,在课程开设十周年之际编写完成这本教材,是向“职业生涯与发展规划课程”创设十周年献上的一份厚礼,有助于精准服务我校学生的生涯发展,帮助学生成就更好的自己。

厦门城市职业学院在育人事业中,始终以立德树人为根本任务,确立“育人为本、跨界融合、服务需求、追求卓越”的办学理念;坚持以学生为中心的办学,以奋斗者为本的治校;以中华技能大师、杰出校友“盖军衔精神”为引领,实施“等待、陪伴、支撑、相信、严格”的大爱教育理念;致力于培养学生的职业素养和职业精神,集中力量为社会打造一专多能复合型人才;这个多维育人体系支撑着我校全员、全程、全方位的整体育人目标;而在这个多维育人体系中,帮助学生做好生涯发展规划,是支撑大爱教育的核心,也是支撑我校办学理念、三全育人及两个坚持,最终服务立德树人根本任务的核心主线,协力助推学生成为更好的自己。

师生是生涯发展的共同体,彼此严格方能彼此成就,为此,我校师生一直在努力,例如:坚持开设校长三课,将生涯教育融入新生入学教育、毕业典礼,建设并完善晨点晨练制度、取消清考制度、建立系列大师工作室,引进业内优秀行业企业人才,拓展境内外合作办学资源等支撑学生生涯发展的系列制度与举措,在学生的大学学涯发展中尽量做到:伸手拉一把——将学生迎进来;用力推一把——为学生创造良好的成长环境和氛围,助推学生多维发展;温暖送一程——毕业典礼为每一位同学颁发毕业证,将毕业生扶上马送一程;甚至,对已经毕业的校友在创新创业政策后扶持上还有延续的一系列支持与关怀。

我们看到的这本教材是以我校校情、学生学情调研分析为基础,融入校情、学情特点,汇集本校学生生涯发展案例,将创新生涯发展理念融入其中,既立足生涯基本理论,又具有创新与在地化特色,匹配了学校学生的特点。

的确,生涯发展并不仅仅是个体发展的小事,而是见微知著、兼顾择己所利与择世所需、个体与社会共同发展的大事,习主席在告诫青年人发展时曾言:德是首要、是方向,我

看到教材从这个角度出发,关注个体生涯发展的社会使命,将校园文化中的盖军衔工匠精神融入其中,引导学生未来步入社会做有尊严的劳动者,有能量发展自己、有力量贡献社会,敢于追梦,有勇气圆梦,一定程度上体现了课程思政化。

本教材运用体验式教、学、做相结合的思路,分别编撰了教师教学指导用书、学生用书与同步训练手册,将二维码信息嵌入教材,尤其是可视化、可操作的同步训练手册,大胆与学生团队合作,共同对教材可视化方案进行设计,教材整体设计美观大方、实用新颖,行知相结合,契合当下学生的阅读特点与学习习惯。

习近平总书记对青年建功新时代提出“勤学、修德、明辨、笃实,爱国、励志、求真、力行”的十六字箴言,新时代的青年人,在生涯发展中心存高格局、大视野很重要,能落地、脚踏实地地事作于细,难作于易更重要,生涯发展是一生之事,希望同学们能做一个有城院特质的三好人——存好心,要有正确的核心价值观;做好事,有一技之长,能够知行合一做好每一件事情;说好话,把做好的每一件事情表达好和展示好,这需要我们不断地去思考和学习,读好书与智者同行,通过价值引领,自我驱动,持续提升,做一个有职业尊严的劳动者;相信每一位同学都能心无旁骛地、从容地长成自己希望的模样!

厦门城市职业学院院长、党委副书记
唐宁

推荐序

我从2005年开始从事生涯教育之事,越来越发现,每个人其实都很努力地在规划自己的人生。但更多时候,这种“努力”只是一种“努力的样子”,因为大多数人的努力只是一个因变量,是被别人、被环境比较、压迫、要求的结果。真正的人生成长,需要有发自内心的渴望与期待,在此基础上的努力才会成为人成长的自变量,才能获得真正的“蜕变”式发展。我在做生涯教育分享的时候,经常危言耸听地告诫别人,“想要学生涯教育,最好别看大陆出的生涯教育书”——因为我见到大陆出的生涯教育的书,大多都是“工具取向的”,即把人当作一个静态的工具,然后从不同角度进行测量、标记,完成其“使用说明”,最后努力“卖一个高价”。看到汪老师主编的这本教材,书名是《化茧成蝶 拥抱变化——大学生生涯发展与创新思维》,我立即想到“蜕变”这个词,感觉这套书可能与众不同。

果然,这本教材做到了“高高山巅立,深深海底行”,基于生涯教育的“相信”之基,用“等待、陪伴、支撑、相信”来构建生涯教育的氛围;用社会学习理论为支撑,通过立体的生涯教育实践来营造促进成长的氛围;然后用“严格”的态度来落实每一个细节,整合最先进的媒体形式、游戏教学形式,贴合学生的“六感”诉求,以这本教材为载体拓展、生成一个全面利于学生生涯成长的氛围。在这样的氛围下,学生获得“同学皆曰‘我自然’”的真正成长。突然感叹,曾经上大学时怎么就没有这样的际遇!

本教材另外一个让人眼前一亮之处在于“创新思维”模块。科学的生涯规划,需要多方面的信息整合,在这个过程中,往往需要对信息进行“总结”。正是这种“总结”,使职业生涯规划变成了公式运算的过程,完全失去了人性与发展性。但是,如果没用信息进行总结,往往就无法做出结论性选择。本教材创新之处就是在信息整合之后,加入一章“创新思维与创意生涯发展”,完成生涯规划既可规划又保有生涯无限可能的灵动性,“摆脱生涯发展中的制式思维的限制”。虽然我没有现场聆听汪老师团队的课堂展示,但是看到汪老师说到“立体”、“游戏化”、“新媒体”等设计,相信“创新思维”模块会特别开脑洞,而让学生“心中有主”又“不囿于物”。

纵观本教材,有对生涯规划的系统论述,有理论、有方法、有工具,完整学习之后,可以初步为学生注入一个系统化生涯思维的框架,能够受益终生。

期望有机会到现场学习。

北京仁能达教育科技有限公司 CEO

谢伟

前言

从“职业生涯发展与创新思维”校企合作课程开发立项,到现在完成这套体验式教材的撰写(教师用书、学生用书与同步训练手册共三本),前后历时两年左右,期间课题组成员走访企业进行调研、到兄弟院校参观考察交流课程建设先进经验与做法,并对一些典型的毕业生进行了访谈、搜集我校优秀毕业生的案例,聘请专家指导设计一系列覆盖2016级全院近2000名学生的问卷,涉及生涯适应力、创造力、自我效能感等维度,通过前期的调研与分析,我们对本校学生的学情有了全面、深入的了解,在此基础上,课题组成员汪琳、孙云莉、石鹏(企业)、许柳青、宋凌云结合在地化校情,分工合作,完成了此系列校企合作开发课程教材的撰写。

本教材系列包括三册,教师用书,意在规范教学内容,引导教学思路、激发教学设计、丰富教学资料;学生用书,相比教师用书大大简化,重视阅读的可视化,更多在于引导学生运用生涯相关知识,转化能力;同步训练手册,配合学生用书与教学课堂使用,学生完成手册,基本上一份具有学生自身独特性的规划书即可生成,使课程考核结构化更易于实现。

撰写教材的过程中,课题组成员紧密结合我校校情、学情,贯彻“育人为本、跨界融合、服务需求、追求卓越”的办学理念,践行“等待、陪伴、支撑、相信、严格”的大爱教育理念,将创新思维、创意生涯发展与职业生涯的发展相结合,并主要基于SCCT社会学习理论,构建本教材的内容体系。道德经有言:“合抱之木,生于毫末;九层之台,起于累土;千里之行,始于足下。”笔者期望能以书为引,推动同学们在生涯发展的认知与行动中向前迈上一小步。

创新,即个人的创新,是其产生新的观念或产品的过程,这种过程涉及个人的特质或心理属性与情景属性之交互作用所呈现的种种表现,钟卫东等学者实证证明支持性的环境能对个体的创新行为产生正向的影响。1998年8月29日通过的《中华人民共和国高等教育法》中明确规定:“高等教育的任务是培养有创新精神和实践能力的高级专门人才。”本教材中的“创新思维”更多的是指如何摆脱生涯发展中的制式思维的限制,从而看到生涯发展的更多可能。

本教材将创新思维与生涯发展相结合,不仅仅是内容模块上的简单相加,还在于通过问卷调查、文献分析对创新思维与生涯发展正向相关关系的多维理解,确定支持性的人力资源实践与个体直接相关,创建支持性的制度环境对学生创新思维的提升有积极正向意义;因此,在本教材的设计过程中,我们把运用教材的课堂当作可以提供人力资源支持的环境,通过诸如创建涵盖教研室微信公众号、学生生涯发展访谈与自述故事、团队任务、同步训练的内容设计、教法与务实案例的运用等途径,将右脑训练全新思维的三感三

力——设计感、故事力、娱乐感、共情力、交响力、意义感,融入不同的任务设计中,使个体感受到组织支持,从而提高生涯发展的自我效能感,并使生涯适应性得以增强。通过创新思维的训练帮助学生灵活应对生涯发展中的困境与难题,使学生既能脚踏实地,又能面向未来,拥有积极的行动力与对生涯的掌控力。

古人云:授之以鱼不如授之以渔。本教材在编写的过程中注重内容的体验性与可操作性,引导学生自我探索,提升学生的生涯自我管理能力。

本教材主体内容包括八章,撰写内容与分工如下:第一章初识生涯、生涯与生涯(许柳青),第二章激活职业生涯发展的内驱力(孙云莉),第三章发现“我”的职业性格(汪琳),第四章打造专属的职业能力(宋凌云),第五章探索职业世界地图(石鹏),第六章创新思维与创意生涯发展(孙云莉),第七章我的生涯我做主(汪琳);第八章评估修正我的职业生涯之路(汪琳),最后是与本书相关的测评等附录。全书主要有以下五个特点:

第一,结构上,关注教材的可读性,有名人名言、案例导入、拓展资源、课堂活动、小贴士等内容,既便于学生课后自学,也便于老师课堂操作;重心是本教材与我校学生实际情况相符,紧接地气。

第二,内容上,注重内容的可读性、操作性、趣味性与体验性,引导学生积极深入地探索生涯、生涯与生涯的知识、技能与价值观。

第三,形式上,教材与新媒体运用紧密结合,链接职业发展与就业指导教研室的微信公众号,将我校相关的资源与案例以二维码扫一扫的方式嵌入教材,使教材从纸质阅读延展为电子传媒的可视化阅读。

第四,游戏化,配合教材的内容,设计了一款生涯大冒险桌游,可在课程结课时通过游戏的方式,增进学习成效。

第五,师生共创元素,在教材编写过程中,课题组组建了思维导图学生项目团队,由2017级早教专业的吴乐梅、王艺涵、刘瑞婷、吴秋萍同学,2017级环艺的张颖同学,2017级通信专业的韦圳苹同学组成,经前期作品筛选,最后教材中所有目录的思维导图均由2017级通信专业同学韦圳苹完成,张颖同学参与了生涯大冒险桌游的设计,书中不少案例的来源是厦门城市职业学院各级学生的原创作品,在此一并致谢!

在本教材编写的过程中,得到厦门大学刘艳杰老师、仁能达生涯教育科技有限公司CEO谢伟老师、北京源型悦雅教育咨询有限公司CEO陈郁老师、北京师范大学珠海分校高艳老师等同仁的无私帮助与鼓励。因教材编写团队知识与能力所囿,本教材难免有疏漏,若您在阅读或使用本教材的过程中发现纰漏与错误,请不吝赐教,我们的编写团队将不胜感激!您可将所发现的问题或要探讨的议题,发送邮件到主编的邮箱:wanglin@xmcu.cn,再次致谢!

汪琳

2018年8月9日

如何使用此教材？

当你拿到这本教材时，别着急往后翻，请先阅读完本指南。

- (1) 你可选择性地阅读本书的内容；
- (2) 你也可以选择性地运用书中的练习与活动；
- (3) 保留记录并记录你的反思；
- (4) 书中的自测或练习可反复做，不同时期自测或练习的结果会给你带来不同的

感悟；

(5) 结合未来职业的发展，根据本书的体验或互动内容可形成个人的生涯发展规划档案。

教材使用指引

使用指引	章名称	节名称	主要内容
1.如果你想了解生涯相关的基本概念与理论发展,这些是如何影响生涯发展辅导技术与生涯自我管理方法的,可阅读本章节	第一章 “三涯”初印象	第一节	学涯、职涯及生涯概述
2.如果你想知道生涯观是如何作用于生涯发展的,可阅读本章节		第二节	生涯观与生涯发展
3.如果你想了解生涯自我管理的路径与方法,可阅读本章节		第三节	职业生涯规划与管理
4.如果你想了解职业需要是如何影响一个人的职业发展方向的,可阅读本章节	第二章 激活职业生涯发展的内驱力	第一节	职业需要
5.如果你想深入了解个人的职业兴趣与职业生涯发展的关联,以及如何打造或运用职业兴趣促进生涯发展,可阅读本章节		第二节	职业兴趣
6.如果你想知道职业价值观在生涯发展与决策中的作用,并深入探索自己的职业价值观,可阅读本章节		第三节	职业价值观

续表

使用指引	章名称	节名称	主要内容
7.职业性格虽然不是职业生涯发展中具有可干预性的因子,但是科学并全面地了解自己的职业性格,却可以帮助我们更好地扬长避短,想要了解职业性格基础知识,可阅读本章节	第三章 发现“我”的职业风格	第一节	职业性格概述
8.了解职业性格的工具五花八门,本书主要介绍了世界上运用最为广泛的一种即MBTI,想要了解自己的职业性格并施测,可阅读本章节。		第二节	MBTI 及其评测
9.如何合理地将职业性格与职业生涯发展相结合,可阅读本章节		第三节	职业性格与职业发展
10.如果你想了解职业能力对于生涯发展的作用,可阅读本章节	第四章 打造专属的职业能力	第一节	职业能力的内涵及其作用
11.在职业生涯发展的自我管理中,如何列出能力清单,需要了解职业能力的类型,可阅读本章节		第二节	职业能力的类型
12.如果你想评估自己的职业能力,以便在生涯发展的过程中列出能力修炼策略,可阅读本章节		第三节	职业能力的评估
13.核心竞争力是职业能力中最重要的部分,如果你想了解核心竞争力是什么以及如何构建它,可阅读本章节		第四节	核心职业竞争力
14.职业生涯发展总是依托于一定的环境,如果了解职业生涯发展中行业、企业、职业的基础知识,可阅读本章节	第五章 探索职业世界地图	第一节	行企职概述
15.个体职业生涯发展离不开时代与社会发展的大背景,如果你想了解社会环境与职业生涯发展的关系,可阅读本章节		第二节	社会环境与职业生涯发展
16.如果你想知道如何科学地进行职业评估以及职业信息搜集的方法,可阅读本章节		第三节	职业评估与职业信息搜集的方法

续表

使用指引	章名称	节名称	主要内容
17.校园环境是大学生生涯发展阶段的重要环境,如何将这个环境资源充分运用于个体的生涯发展,可阅读本章节		第四节	校园环境与职业生涯发展
18.家庭资源也是不可忽视的职业生涯发展影响因素,如果你想了解家庭资源的探索方式,可阅读本章节		第五节	家庭期望与职业生涯发展
19.如果你想了解时代对大学生创新思维的要求与影响,可阅读本章节	第六章 创新思维与创新生涯发展	第一节	大学生与创新思维
20.如果你对创新思维与职业发展之间的关系感兴趣,可阅读本章节		第二节	创新思维与职业发展
21.如果你对如何练习创新思维方法、跳出制式思维感兴趣,可阅读本章节		第三节	创新思维的基本方法
22.如果你正处于生涯决策的阶段,可阅读本章节	第七章 我的生涯我做主	第一节	决策与职业生涯决策概述
23.如果你想知道职业决策有哪些技巧与方法,并可参照运用于决策环节,可阅读本章节		第二节	职业决策技巧与方法
24.如果你想探索自己的职业决策风格并想在此基础上有所改善,可以阅读本章节		第三节	职业决策风格及其特点
25.如果你的困扰是行动计划的制订与实施,可阅读本章节		第四节	职业决策与行动计划
26.如果你想评估当前生涯发展中存在的问题,可阅读本章节	第八章 评估修正我的职业生涯之路	第一节	职业生涯发展评估与调整
27.如何排除生涯发展中的不合理信念,排除生涯发展中的思维障碍,可阅读本章节		第二节	职业生涯发展中不合理信念
28.如果你想掌握一些职业生涯发展的自我管理工具,可阅读本章节		第三节	职业生涯自我管理工具及其使用

目 录

第 1 章 “三涯”初印象	1
第一节 生涯、学涯和职涯	2
一、生涯	4
二、学涯	8
三、职涯	10
第二节 生涯观与生涯发展	13
一、生涯观	15
二、生涯观与生涯发展	15
第三节 职业生涯辅导与管理	20
一、职业生涯辅导与管理概述	20
二、“人—职匹配理论”与“生涯发展理论”	21
三、职业生涯辅导与管理	22
第 2 章 激活职业生涯发展的内驱力	29
第一节 职业需要	30
一、职业需要的含义	30
二、职业需要的特点	30
三、职业需要的分类	31
四、职业驱动力的 3.0 时代	34
第二节 职业兴趣	40
一、职业兴趣的含义	42
二、职业兴趣的影响因素	43
三、职业兴趣的修炼	44
四、霍兰德职业兴趣	49
第三节 职业价值观	56
一、职业价值观的含义	56
二、核心职业价值观	58
三、职业锚理论	59

第3章 发现“我”的职业性格	63
第一节 你我不一样:职业性格概述	64
一、性格与职业性格	64
二、职业风格	66
三、职业性格的分类	67
第二节 我有我的STYLE:职业性格识别器	69
一、MBTI 概述	70
二、MBTI 性格评估	71
第三节 选对降落伞:职业性格与职业选择	79
一、职业性格与职业匹配的价值	79
二、职业性格与职业选择之间的规律	79
第4章 打造专属的职业能力	83
第一节 职业能力的内涵及其作用	84
一、职业能力的内涵	85
二、职业能力的作用	85
第二节 职业能力的类型	87
一、职业能力的分类	88
二、识别你的技能	90
第三节 职业能力的评估	95
一、职业能力的评估	96
二、识别可转换技能	98
第四节 核心职业竞争力	101
一、用人单位最重视的技能	102
二、了解职业对技能的要求	103
第5章 探索职业世界地图	107
第一节 行企职概述	108
一、行业概述	112
二、企业概述	115
三、职能概述	116
第二节 职业评估与职业信息搜集	120
一、职业评估	120

二、职业信息搜集	121
第三节 校园环境职业生涯规划	125
一、校园硬环境	125
二、校园软环境	126
第四节 社会环境与职业生涯规划	129
一、社会环境分析	129
第五节 家庭环境与职业生涯规划	132
一、家庭硬环境	133
二、家庭软环境	135
 第 6 章 创新思维与创意生涯发展	137
第一节 大学生与创新思维	138
一、创新思维的含义与意义	138
二、创新的普遍性	139
三、大学生创新思维的特征	140
四、影响创新思维的因素	143
第二节 创新思维与职业发展	148
一、创新思维对职业发展的意义	148
二、职场创新的心态	149
三、未来职业世界对创新的要求	150
第三节 创新思维的基本方式	154
一、创新思维的三个内在要素	154
二、创新思维的基本方式	155
 第 7 章 我的生涯我做主	167
第一节 决策与职业生涯决策概述	168
一、决策与职业生涯决策	168
二、职业生涯决策基本理论	171
第二节 职业决策模型介绍	172
一、职业决策模型的产生	174
二、职业决策模型的主要类型	174
三、职业决策模型的新发展:混沌生涯理论与善用机缘论	175
四、典型的生涯决策模型与工具的运用	177

第三节	职业决策风格及其特点	185
一、理智型		185
二、直觉型		185
三、依赖型		186
四、回避型		186
五、自发型		186
第四节	职业决策与行动计划	187
一、建构生涯愿景		188
二、制订行动方案		191
第 8 章	评估修正我的职业生涯之路	195
第一节	职业生涯发展的评估与调整	196
一、有方法:评估的方法		197
二、找差距:评估的维度		199
三、析原因:评估的分析		200
第二节	职业生涯发展中的不合理信念	202
一、职业决策困难		202
二、职业生涯决策中的不合理信念		205
第三节	职业生涯自我管理维度与方法	208
一、做自己职业生涯管理的 CEO		209
二、生涯自我管理的工具与方法		211
附录		220
附录 1		220
附录 2		232
附录 3		235
附录 4		237
附录 5		240

“三涯”初印象

【前言】

【学习目标】

【学习目标】

- 1.理解学涯、职涯、生涯的内涵及关系；
- 2.理解生涯发展的阶段与任务；
- 3.理解职业生涯规划的含义、主要原则；
- 4.树立职业生涯发展的自主意识；
- 5.增强学习专业及发展能力的动力及自信；
- 6.结合三涯，提高自我分析与规划的意识 and 能力。

【学习内容】

主题一 学涯、职涯及生涯

主题二 生涯观与生涯发展

主题三 职业生涯规划与管理

第一节 生涯、学涯和职涯

【名人名言】

不要看我一时，请看我一世。

——黄天中

【案例导入】

他又“出差”去了

——追记厦门厦工机械股份有限公司高级技师盖军衔

“军衔生病时还在安慰我：‘没关系，哪天我真走了，你就当我出一次长差。’恍惚中，他真的又出了一趟差，我还在等待着他回家。”每每说起盖军衔，妻子王嫣明总是潸然泪下。

1975年，20岁的盖军衔进入厦门工程机械厂当学徒工，学历只有小学水平。

当时大家都下班了，盖军衔却经常独自一人废寝忘食地琢磨技术。为了弄清装载机这个现代大型机械的结构和工艺，他对着图纸，一遍遍把数十万个大小不一的零件都拆下来，一一分解、研究，然后又一一装配上去。时间一久，他摸透了装载机的每一根血脉、神经，并练就了一个特殊的过人本领：蒙起眼睛，也可以把装载机分解，还可以全部装配上去，只要听声音，就能辨别机械故障产生的位置和原因。

参加工作30多年，盖军衔逐渐成为装载机方面的行家。2012年12月，盖军衔获得了技术工人最高奖——“中华技能大奖”。这些闪光的荣誉背后，是盖军衔辛勤的汗水。盖军衔以惊人的毅力，自学读完了中学、大学的所有课程，是厦门城市职业学院前身之一的厦门职工大学1985级机械专业的校友，获得了机械专业的本科文凭。就在两年前，盖军衔从报纸上看到了一个快速记忆的英语培训班，那个班大部分都是小朋友，他也跑去报名听课。

盖军衔第一次和南极结缘是在1995年。那时中国南极长城站的一台厦工装载机坏了，厦工派盖军衔去修理，他是我国首批受邀参加南极科考的工程机械行业的队员。他充分利用极昼现象四处奔忙，连休息都没有安稳过。一幢房子般大小的建筑废渣，几乎都是盖军衔一个人清理运走的。

1997年，盖军衔第二次参加南极考察，出征南极冰盖最高点冰穹A，成为我国最早进入南极内陆冰盖的两位机械师之一。盖军衔摸索总结了一套冰盖行车、保养、维修的经验，保障车队从中山站向冰穹A行进了464公里，创造了世界纪录。