

DA GONG SHI YONG ZHI NAN

打工实用指南

涂琼理 吁影录



江西高校出版社

涂琼理

吁影录

江西高校出版社

打工实用指南

书 名:打工实用指南

作 者:涂琼理 吁影录

出 版:江西高校出版社(南昌市洪都北大道 96 号)

发 行

经 销:各地新华书店

印 刷:江西省鹰潭市印刷厂

开 本:850mm×1168mm 1/32

印 张:11.25

字 数:280 千

印 数:6000 册

版 次:1997 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

定 价:16.50 元

ISBN7-81033-708-4

C·22

邮政编码:330046 电话:(0791)8512093 8519894

(江西高校版图书凡属印刷、装订错误,请随时向承印厂调换)

我们所处的时代是一个充满希望与机遇的时代。随着我国社会主义市场经济不断发展,无论是农村还是城市,劳动力作为一种社会资源,正逐步走向市场。人们有了更多的选择,不再是从一而终地服务于某一工作单位、从事于某一职业,而是根据劳动力市场的需要,凭着自己的条件、爱好和特长,不断地寻找适合自己的工作单位,选择自己理想的职业。人们在选择和从事新职业的过程中,经常遇到各种各样的问题,需要了解有关知识。我们编写这本《打工实用指南》的目的,就是给劳动力市场的新潮族——打工者,提供一些实用的参考资料,以期对他们的打工有一定的指导作用。

本书由长期从事劳动人事研究并有实践经验的专家写成,是一本融综合性、实用性、知识性于一体的通俗读物。在编写过程中力图体现以下特点:

一、新颖实用。书中所介绍的均为打工者最希望了解并应该了解的最新

知识。

二、简明扼要。本书的写作力求简洁、通俗易懂、重点突出,避免赘述。

三、系统全面。本书围绕打工遇到的问题,从热门职业介绍到求职应聘须知,从劳动政策法规到如何胜任工作,从现代企业营销知识到出外打工的生活事项,作了全面、系统的介绍。

鉴于许多打工者反映目前国内尚未有这类指导性书籍出版,我们编写此书以飨读者。如果它能对打工者有一定的帮助,收到一定的社会效益,就是我们最大的心愿。由于编者水平有限,不足之处在所难免,敬请广大读者指正。

• 编者 •

□第一篇 打工路在何方·····	(1)
一、我国经济开放区域·····	(2)
什么是经济特区·····	(2)
中国经济特区的特点·····	(3)
什么是沿海开放城市·····	(3)
什么是经济技术开发区·····	(4)
我国对外开放经济区域有哪些·····	(4)
二、五个经济特区·····	(5)
深圳经济特区·····	(5)
珠海经济特区·····	(6)
汕头经济特区·····	(7)
厦门经济特区·····	(8)
海南经济特区·····	(9)
三、十四个沿海开放城市·····	(10)
大连市·····	(10)
秦皇岛市·····	(11)
天津市·····	(11)
烟台市·····	(12)
青岛市·····	(12)

连云港市	(13)
南通市	(13)
上海市	(14)
宁波市	(15)
温州市	(15)
福州市	(16)
广州市	(16)
湛江市	(17)
北海市	(18)
四、其他重要城市	(18)
北京	(18)
石家庄	(19)
成都	(19)
武汉	(19)
南昌	(20)
南宁	(20)
昆明	(20)
佛山	(21)
桂林	(21)
哈尔滨	(22)
杭州	(22)
□第二篇 求职应聘须知	(23)
一、确定求职目标	(23)
求职信息的搜集渠道	(23)
收集信息的方法	(29)
求职信息的分类	(30)
科学地确定应征目标	(32)
确定目标单位的禁忌	(34)

二、求职自荐备忘录·····	(36)
求职信的写作·····	(36)
履历表的写作·····	(38)
申请表的填写·····	(41)
其他个人材料的准备·····	(42)
三、面试技巧·····	(43)
明确面试目的·····	(43)
面试时良好的心理素质·····	(45)
保持良好的精神面貌·····	(49)
面试着装·····	(52)
发挥谈吐的魅力·····	(55)
避免尴尬局面的技巧·····	(59)
女性面试须知·····	(60)
面试的禁忌·····	(61)
□第三篇 热门职业选择·····	(63)
一、职业的几大类型·····	(63)
二、不同行业的特点·····	(65)
三、打工族主要职业选择·····	(67)
四、未来十年最赚钱的行业·····	(69)
□第四篇 如何胜任工作·····	(71)
一、保持良好的人际关系·····	(71)
同事之间如何相处·····	(71)
怎样对待自己的上司·····	(73)
怎样迅速获得人们的好感·····	(74)
学会感情投资·····	(75)
怎样对待批评·····	(75)
拒绝的艺术·····	(76)
助人为乐·····	(78)

注意你的修养	(78)
学会侃侃而谈	(80)
幽默的艺术	(81)
二、提高办事效率	(83)
尽快适应新的环境	(83)
新上班第一要事	(84)
工作中怎样利用时间	(85)
汇报工作的要领	(86)
工作应酬技巧	(88)
谈判技术与方法	(88)
□第五篇 维护合法权益	(91)
一、劳动就业	(91)
国家劳动就业方针	(91)
劳动力市场	(92)
我国劳动力现状	(92)
农村劳动力转移途径	(94)
就业前培训	(95)
招收城镇临时工手续	(95)
招收异地人员务工手续	(96)
如何进行求职登记	(97)
如何进行人才交流登记	(98)
国家招工办法	(98)
人才流动调配	(99)
流动人员保留人事关系的手续	(100)
二、劳动工资	(102)
工资制度有哪几种	(102)
职工工资升级制度	(104)
职工工资制度管理	(104)

奖金、津贴制度	(105)
工龄、一般工龄和连续工龄	(105)
什么是死亡抚恤	(106)
外资企业劳动、工资和福利特点	(106)
最低工资的内容	(109)
三、劳动保险	(110)
职工劳动保险的内容	(110)
社会保险管理机构	(111)
养老保险与待业保险	(112)
工伤保险	(114)
私营企业职工保险待遇规定	(115)
临时工、农民合同制工人的社会保险	(116)
城镇集体所有制企业职工的社会保险	(117)
外商投资企业职工的社会保险	(117)
如何使用《职工养老保险手册》	(118)
职工退休费用的社会统筹	(119)
四、劳动保护	(120)
劳动保护的基本内容	(120)
劳动保护的管理体制	(122)
退休制度和退休待遇	(123)
退职和退职待遇	(124)
职工因病、因工致残或死亡的待遇	(125)
职工因工负伤的康复待遇	(128)
职工患职业病致残或死亡的待遇	(128)
私营企业职工因工或患职业病致残及死亡的待遇	(128)
全民所有制企业临时工死亡的待遇	(128)
全民所有制企业招用的农民合同制工人死亡的待遇	(128)

.....	(129)
五、劳动合同	(129)
劳动合同的内容与种类.....	(129)
劳动合同订立的基本原则.....	(132)
劳动合同的违约责任.....	(132)
劳动合同的变更、终止与解除	(133)
解除劳动合同的手续.....	(134)
劳动合同的鉴证.....	(135)
劳动合同的试用期.....	(135)
聘用合同和借调合同.....	(136)
六、劳动争议	(138)
劳动争议的处理.....	(138)
劳动争议调解.....	(139)
劳动争议仲裁.....	(140)
如何申请劳动争议仲裁.....	(140)
企业对职工违纪处理.....	(142)
□第六篇 跳槽与兼职	(144)
一、优雅大方跳槽去	(144)
二、一身可兼二职	(147)
兼职给你带来什么.....	(147)
第二职业的种类.....	(148)
自己拥有主动权.....	(149)
发挥你的优势.....	(151)
从事何种兼职.....	(154)
减少兼职的风险.....	(155)
兼职的误区.....	(157)
□第七篇 自己当老板	(158)
一、工商税务	(158)

私营企业如何登记注册·····	(158)
哪些人可以从事个体经营·····	(160)
个体工商户如何登记注册·····	(161)
如何办理经济合同鉴证·····	(162)
经济合同的仲裁·····	(163)
怎样申请商标注册·····	(165)
申请经营广告登记注册·····	(166)
如何办理税务登记·····	(168)
如何办理纳税鉴定·····	(169)
纳税的申报·····	(169)
怎样申请减税、免税·····	(170)
纳税检查与违法责任·····	(171)
漏税、欠税、偷税、抗税的处罚·····	(171)
如何购领、印制和使用发票·····	(172)
二、人员管理·····	(174)
如何招用工人·····	(174)
雇工登记手续·····	(176)
美国企业流行的人才管理机制·····	(177)
如何鼓励员工贡献心力·····	(178)
管理者的八大秘诀·····	(180)
管理者的五种能力·····	(181)
管理者的四大要素·····	(182)
管理者素质测试·····	(183)
三、营销策略·····	(185)
什么是市场营销·····	(185)
什么是CI策略·····	(186)
商品如何标价·····	(188)
商品要有个好名称·····	(189)

怎样进行店面设计·····	(190)
掌握消费者的购买动机·····	(191)
以变应变的营销策略·····	(192)
巧用社会热点经营·····	(193)
怎样做一个合格的投资者·····	(194)
工薪族投资什么·····	(195)
走在竞争的前面·····	(196)
善出奇招·····	(198)
和气生财·····	(199)
以市场开发产品·····	(200)
怎样选择广告媒体·····	(201)
不妨把产品缺点告诉顾客·····	(202)
小钱可变大钱·····	(202)
商业谈判的实用对策·····	(203)
资金周转管理·····	(204)
企业结盟战略·····	(205)
个体户和私营企业怎样搞外贸·····	(206)
私营企业如何进入国际市场·····	(207)
□第八篇 旅行、通讯、金融知识·····	(209)
一、交通旅行·····	(209)
旅行前准备·····	(209)
旅行注意事项·····	(211)
旅行时如何问路·····	(212)
旅行的饮食·····	(214)
解决好住宿问题·····	(215)
保证旅行中的安全·····	(216)
旅行中怎样防偷盗·····	(220)
注意旅行的卫生与健康·····	(221)

如何防止晕车、晕船、晕机·····	(223)
怎样看旅行地图·····	(224)
航空旅行常识·····	(226)
铁路旅行常识·····	(235)
水路旅行常识·····	(245)
公路旅行常识·····	(253)
二、电信邮政·····	(257)
安装普通电话的程序·····	(257)
怎样查找电话号码·····	(258)
怎样使用磁卡电话·····	(259)
国内人工长途电话怎样计费·····	(260)
打长途电话如何省钱·····	(260)
怎样打对方付费电话·····	(261)
怎样使用长途自动电话·····	(262)
方便的“大哥大”·····	(263)
巧妙的“BB机”·····	(264)
多功能的传真机·····	(264)
怎样快速准确发送电报·····	(266)
正确使用电报挂号·····	(267)
怎样交发礼仪电报·····	(268)
三、金融知识·····	(270)
储蓄的种类·····	(270)
储蓄利息的计算·····	(272)
储蓄方式的最佳选择·····	(274)
如何选择活期储蓄·····	(276)
外币储蓄有学问·····	(276)
各类储蓄挂失·····	(277)
信贷的程序·····	(280)

个人获取银行贷款的方法及经济担保·····	(283)
如何使用信用卡·····	(285)
旅行支票的优点·····	(290)
汇款的一般知识·····	(293)
支票使用须知·····	(295)
正确选择结算方式·····	(296)
正确填写票据凭证·····	(297)
通用的十八种外钞·····	(298)
假人民币的识别·····	(299)
假人民币的一般鉴别方法·····	(302)
□第九篇 医疗卫生保健知识·····	(305)
一、求医问药 ·····	(305)
西医的分科·····	(305)
中医的分科·····	(306)
医生看病的程序·····	(306)
处方和化验单常用缩写符号·····	(307)
打针吃药哪个好·····	(309)
存药常识·····	(309)
哪些药有副作用·····	(310)
预防过敏反应·····	(311)
二、护理技术 ·····	(312)
一般护理·····	(312)
呕吐的护理·····	(317)
高烧的护理·····	(317)
腹泻的护理·····	(318)
三、病情的紧急处理 ·····	(319)
止血方法·····	(319)
如何做人工呼吸·····	(320)

如何包扎伤口·····	(320)
触电怎么办·····	(321)
煤气中毒的急救·····	(321)
中风的紧急处理·····	(322)
中了暑怎么办·····	(323)
溺水急救·····	(323)
骨折处理·····	(324)
毒蛇咬伤的急救·····	(325)
四、传染病的预防·····	(326)
什么是传染病·····	(326)
传染病是怎样传染的·····	(327)
传染病有哪些特点·····	(328)
流感的防治·····	(328)
怎样预防肝炎·····	(329)
夏季要防肠道传染病·····	(330)
冬春季注意预防呼吸道传染病·····	(331)
五、适合打工族的体育锻炼方法·····	(332)
生命在于运动·····	(332)
散步的功效·····	(333)
慢跑有益于健康·····	(333)
长跑运动好处多·····	(334)
怎样放松疲乏的肌肉·····	(335)
椅子上的体操·····	(339)
冷水洗脚的锻炼·····	(341)
办公室锻炼法·····	(342)

□ 第一篇 打工路在何方

不知道是谁，最先以打工者的身份踏上了远方的热土，点燃了千万双年轻的眼睛和千万个年轻的希望。也不知道从哪天开始，青春的翅膀纷纷托举着青春的梦，从小巷、从田间地头、从山区飞向南方，飞向自己所向往的大都市……

如今，打工者的印记正深深嵌进共和国的大厦。打工者参加了广东经济腾飞的大合唱，又将歌声送往福建、上海、山东……送往每一块新开垦的土地。家乡昔日低矮的茅房换成了通明透亮的新瓦房，辍学的弟妹又挎着新书包进了学堂，母亲的衣兜里有了崭新的大钞票，爸爸喝的酒也已更新换代……这一切，都满含着打工者挥洒在远方的汗水。

在很多年轻人眼中，打工者的成功和幸福是被放大的了。正因为这未知的世界是这样绚丽夺目，从未出过远门的年轻人才义无反顾地踏上了打工的征程……