

中华全国总工会农民工培训推荐教材

农民工有困难找工会丛书

策划/张帆 庞洋

主编/李建平 吕静

编写/张喜才 房风文

插图/李法明 申雨华 王冬旭 高勇建

农民工 素质提升手册

社会主义荣辱观，打工树理想，学好文化知识才能更有出息，一技在手、前途无忧，做一名学法、懂法、守法、用法的好公民，改掉陋习，做高素质公民，保持积极健康向上的心态，争做行业状元郎。

NONGMINGGONG
SUZHITISHENG SHOUCE

中国工人出版社

农民工有困难找工会丛书

中国工人出版社

张帆 庞洋 策划

李建平 吕静 主编

农民工素质提升手册

张喜才 房风文 编写

李法明 申雨华

王冬旭 高勇建

插图



图书在版编目 (CIP) 数据

农民工素质提升手册/张喜才, 房风文编写. —北京: 中国工人出版社, 2006. 4

(农民工有困难找工会丛书)

ISBN 7-5008-3661-9

I. 农... II. ①张... ②房... III. 农民—素质教育—中国—手册 IV. D422.62-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 034077 号

出版发行: 中国工人出版社

地 址: 北京鼓楼外大街 45 号

邮 编: 100011

电 话: (010) 62350006 (总编室)

(010) 82075935 (编辑室)

发行热线: (010) 62045450 62005042 (传真)

网 址: <http://www.wp-china.com>

经 销: 新华书店

印 刷: 北京中印联印务有限公司

版 次: 2006 年 5 月第 1 版 2006 年 5 月第 1 次印刷

开 本: 850 毫米 × 1168 毫米 1/32

印 张: 4.25

册 数: 12000

定 价: 10.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

社会主义荣辱观

八 荣 八 耻

- 以热爱祖国为荣、以危害祖国为耻，
- 以服务人民为荣、以背离人民为耻，
- 以崇尚科学为荣、以愚昧无知为耻，
- 以辛勤劳动为荣、以好逸恶劳为耻，
- 以团结互助为荣、以损人利己为耻，
- 以诚实守信为荣、以见利忘义为耻，
- 以遵纪守法为荣、以违法乱纪为耻，
- 以艰苦奋斗为荣、以骄奢淫逸为耻。



序

中华全国总工会副主席
书记处第一书记

孙家荣

在我们社会主义祖国的各个行业，特别是在加工制造业、建筑业、采掘业及环卫、家政、餐饮等服务业中，到处都活跃着农民工的身影。他们辛勤劳作、任劳任怨、无私奉献，为城市建设、为祖国现代化繁荣富强，贡献了自己的青春和汗水。他们是我国改革开放和工业化、城镇化进程中涌现的一支新型劳动大军，是推动我国经济社会发展的重要力量。改革开放取得的巨大成就，包含着广大农民工的历史性伟大贡献。

1

最近，中央领导同志作出重要批示，要求工会组织切实维护好广大农民工的合法权益，这充分体现了党中央坚持立党为公、执政为民和以人为本的科学发展观，体现了对广大农民工的深切关怀，也体现了对工会工作的高度重视和对工会组织的殷切希望。各级工会组织要指导帮助农民工签订劳动合同，在农民工集中的企业大力推行平等协商、集体合同制度，协助政府和企业解决农民工工资清欠、工伤保险等问题，及时向农民工提供法律援助，积极开展为农民工送温暖活动，加强对农民工职业技能培训，丰富精神文化生活，帮助解决农民工最关心、最直接、最现实的利益问题。我们相信，在党和政府的关心下，在各



级工会组织和社会各界努力下，农民工问题一定能够逐步得到解决，使广大农民工共享改革发展的成果，推动形成全体人民各尽其能、各得其所而又和谐相处的社会。

最近，中国工人出版社陆续出版了《农民工有困难找工会》、《农民工劳动安全教育培训读本》、《进城务工基本技能培训教材》和《切实维护农民工合法权益》等系列丛书。从农民工遇到的实际问题入手，深入浅出地加以说明和解释，在内容和形式上力求通俗易懂，图文并茂，生动活泼。希望它能给广大农民工读者以切实的帮助。

我们的国家是英雄辈出、群星璀璨的伟大国家，我们的时代是劳动光荣、知识崇高、人才宝贵、创造伟大的崭新时代。广大农民工在我国改革开放的历史上写下了光辉的篇章，也一定能够在全面建设小康社会的征途中创造新的辉煌。祝愿广大农民工兄弟姐妹们在各自的岗位上创造出新的业绩，为构建社会主义和谐社会、建设创新型国家做出新的更大的贡献！

是为序。



谈谈提升农民工素质

据统计，目前每年有一亿以上的农民涌入城市，加入到职工队伍，成为城市建设者的一员。人们习惯地称他们为“农民工”。

随着社会经济文化的发展，农民工的基本素质也呈现“三提高”态势。即文化水平提高，掌握一定职业技能的比例不断上升；法律意识提高，大胆与侵犯自身权益行为进行抗争的事例明显增多；对工作环境和待遇的要求提高，不少农民工选择到有干净的生活寓所、宽敞的文体活动场所及图书馆的企业就业。

但是，从实际情况来说，农民工整体水平和社会需要之间仍然存在不小的差距。

从文化程度来看，2005年，在农民工就业人群中，高中文化程度占12%，中专及以上文化程度占5%，初中文化程度占65%，小学文化程度占16%，文盲占2%。初中以下文化程度所占比例仍高达83%。

从技能培训情况看，接受过培训的占28%，未接受过培训的占72%。未接受过任何培训的仍占七成以上。

文化水平有限，又缺乏必要的培训，使得不少农民工只能在层次不高的岗位上流动，没有什么发展空间。这大大限制了他们在城市的发展和对未来的追求，也给他们在城市生活中带来不便。

同时，农民工在家乡养成的种种习惯，与城市文明的要求有一定的差距，使他们不能尽快地融入到城市的生活里。

而在心理方面，由于经济上不稳定、文化上有距离、生活习惯上不适应，又使他们长期徘徊于城市边缘状态而产生焦虑和不安，难以真正树立起职工应有的自信心和成就感。



但是，素质是可以提高的。以上种种暂时的差距和不足不是农民工提高政治经济地位的绝对障碍。

当前国家和社会对于农民工问题非常的重视，近年来制定了很多有利于农民进城务工和保护农民工合法权益的好政策。胡锦涛总书记也提出“八荣八耻”的社会主义荣辱观，这对农民工提高自身素质具有非常现实的指导意义。

农民工要抓住政策和时代的机遇，提高自身素质。要不断学习各种科学文化知识，懂得礼仪规范，遵守社会公德；积极参加政府举办的培训，主动学技术，克服心理上的障碍，以昂扬的精神状态，尽快地融入城市的生活，不断地享受到现代化建设的各种社会福利和好处。

只要我们自信自强，勤奋进取，就不仅能找到一份好工作，成为现代城市中合格的一员，而且能使整个社会对我们另眼看待。结果当然是工作越干越好，生活更加充实、美好，我们的心里踏实，亲人在家乡也感到放心。

总之，提升个人素质，掌握多项技能，改变个人命运，生活会更加美好。



一、打工树理想 人生有规划

1.我们为什么进城务工	1
2.有理想的人生才是美好的人生	1
3.规划人生,改变一生	2
4.如何做人生规划	3
5.实现理想目标的几个好方法	5

二、学好文化知识才能更有出息

1.学好文化知识用处大	8
2.学习文化知识的三种途径	9
3.读书自学法	11
4.报纸自学法	14
5.电视自学法	15
6.广播自学法	16
7.网络自学法	17
8.自学有方,缓解工学矛盾	17
9.学有余力,不妨试试高等教育自学考试	18

1

三、一技在手 前途无忧

1.学习技术知识、提高能力的两种途径	22
2.就业准入制度要求开展技术培训	22
3.职业技能培训作用大	23



4.国家对技能工种的规定	24
5.咱们也考个国家职业资格证书	26
6.啥是国家职业技能鉴定	28
7.到哪去参加技术培训	30
8.参加技能竞赛,增加含金量	33
9.什么是技术能手,分哪些等级	34
10.有哪些职业技能竞赛	34
11.参加职业技能竞赛获得优秀选手的奖励	35
12.青工技术练兵比武	36

四、做一名学法、懂法、守法、用法的好公民

1.学习基本的法律知识、了解法律常识	37
2.如何做一名守法的好公民	42
3.用法律维护自己的合法权益	43
4.学学如何打官司	44

五、做高素质公民

1.“八荣八耻”记在心	48
2.有个正确的看世界、看人生的观点	49
3.树立正确的金钱观	51
4.做人当自立自强	52
5.什么是公民道德规范	52
6.培养良好的公民基本道德规范	53
7.生活中遵守社会公德	55
8.工作中遵守职业道德	56
9.恋爱、婚姻也要讲道德	59
10.家庭生活中遵守家庭美德	60
11.交通场所要遵守的公共道德	62
12.关心国家大事、关注信息对我们有帮助	62



13.从我做起，为奥运争光	64
14.正直做人，远离罪恶	67

六、改掉陋习 做文明人

1.改掉陋习，融入城市	70
2.保持生活卫生整洁	71
3.说话文明	73
4.行为得体	74
5.找工作时的礼仪	78
6.公共场合的基本礼仪	80
7.工作中的基本礼仪	82

七、保持积极健康向上的心态

1.我是打工者，我对生活有信心	85
2.阻碍我们成功的常见消极心态	87
3.健康的心态是什么样的	88
4.如何培养一个健康的心态	90
5.生活常调节，压力变动力	92

八、积极进取 争做行业状元郎

1.干一行，通一行，爱一行，行行出状元	93
2.和平相处，广交朋友，处理好与工友的关系	94
3.处理好和领导的关系	95
4.积极争取升职的机会	96
5.端正态度，争取升职	97
6.争取升职，更要提高工作能力	98
7.努力工作、回报社会	99



九、相关政策选编

公民道德建设实施纲要	101
关于加快推进贫困地区劳动力培训促进就业工作的 通知	112
关于切实做好贫困地区劳动力培训促进就业工作的 通知	117



1. 我们为什么进城务工

为什么进城务工呢？当然首先是为了赚钱。有了钱，才有可能摆脱贫穷走向富裕，轻松潇洒地过日子；才有可能让自己的后代受到良好的教育，有远大的前程。

但是，我们又不仅仅为了赚钱。

可以说，在任何人的内心深处，都有美好的梦想，就是要开阔眼界，发展自己，让自己宝贵的一生过得更充实，更有意义，更加多姿多彩。

从某种程度上说，这后一层意思，比起前一层更深刻地吸引着我们，激励着我们勇敢地离开亲人，走出世代为生的家乡，走进陌生而又充满诱惑的城市。

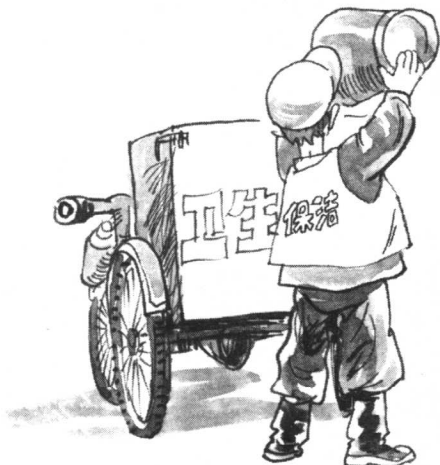
一、打工有理想
人生有理想
规划理想

2. 有理想的人生才是美好的人生

我们把预期要达到的远景，叫做“理想”。

人不能没有理想。

新疆天地集团有限公司是西部企业的发展奇迹。董事长郑大清是个其貌不扬的人，身价已达 20 亿，可 20 多年前从四川南充到新疆时，他只是一个从贫穷农村出来的农民工。据





他自己介绍，那时他连电话都没见过，拿起话筒不知在哪里说话。

但他胸怀理想，先后在多家企业打工，其间经历了无数的艰苦磨炼，至10年后的1995年独立创立天地集团，历任该企业经理、总经理、总裁、董事长。在他的带领下，企业先后获得了“新疆先进私营企业”、“国家级诚信单位”、“纳税大户”和“慈善爱心企业”等诸多荣誉。

具体到我们，由于历史的原因，农村的经济发展水平比不上城市，信息不灵，教育水平低，直接影响了我们眼界的扩大和素质的提高。所以，当我们最初来到城市时，只能做一些技术含量低的简单体力活，即使换工作，也只能在为数不多的几个工种里转来转去。拼的是体力，收入也微薄。

特别提示

人生来就是平等的，大家在智力上、能力上并没有明显的差距。我们能造大楼、铺公路、开店铺，也能通过学习和努力来实现理想，应该树立这样的信念：郑大清能够做到，我们也应该能够做到。

城市的就业机会很多，只要心中有理想、能吃苦，规划好努力的方向，掌握了技术，有了更多的文化，我们也可以开商店、建公司、成为老板，有更多的选择空间，有更大的发展前途。

3. 规划人生，改变一生

人生有四阶段，包括有序的人生、高效的人生、完善的人生和完美的人生。前两个是初步的人生规划，说的是为目标不断地努力学习，快乐地工作，使人生有意义。后面两个是比较高层次的追求，目的是过得更卓越，具体说就是不仅为了物质生活，而且更突出精神上的进步，以集体为使命，以社会为使命。



有规划的人生是目标明确，向着理想不断靠近的人生。实现我们的理想、拥有一个成功的人生，就要做好人生规划。

人生规划首先要看到差距。我们的现实和理想之间确实存在着距离：一是我们的社交面过于狭窄，二是知识技术少，三是在城市里无依无靠，面对社会和家庭的压力，很难有精力再去想什么理想。

但你就愿意过这样糊涂麻木的日子吗？如果不，就要根据生活的实际和自己的现状，为理想做规划，制定实施计划，开始追求卓越的第一步。

十届全国人大代表王元成，是农民工出身，虽然因家贫未能上完高中，但从未放弃自己的追求。他通过不懈的努力学习，自学取得了大学专科、本科文凭并考取了经济管理专业在职研究生。

他创业不止。1988年到泰安做临时工，1991年办起了东方印社，1993年创办了泰安惟一家民办计算机学校——东方计算机学校。十年来为普及泰安计算机教育、缓解就业矛盾做出了突出贡献，受到社会各界的高度评价。1998年以来，他先后荣获第二届“中国优秀外来务工青年”、第十二届“山东十大杰出青年”、第三届“全国杰出进城务工青年”等称号。

王元成实现了人生的前两个阶段，但仍追求卓越，成才不忘报国，致富不忘社会，常年坚持为希望工程、慈善机构、边远贫困山区、受灾地区捐款捐物；他为农民工权益奔走，在十届全国人大一次、二次会议上，他领衔提出《关于制定〈进城务工人员权益保护法〉的议案》和《关于制定〈拆迁法〉的议案》。

王元成的人生是非常成功的，他在社会上有良好的声誉，在青年中有很高的威望，为广大青年树立了榜样，是我们学习的楷模。

4.如何做人生规划

(1)根据自己的特长和爱好，确定奋斗目标

明白自己的特长、爱好和不足，结合社会的现实环境，选择



自己擅长或者感兴趣的职业作为未来的目标。比如说有人特别善于写作，有的人做木匠活是把好手，有人会做买卖，有人会唱家乡的戏曲等。针对我们的特长和爱好，确定目标，取长补短，取得事业的成功。



(2) 不断学习，提高自己各方面的能力

改变命运就要不断的学习。学习的内容包括文化知识、实际的操作技能和处理问题的方法。同时，培养自己的实践能力，保持健康的体魄，人际交往和举止行为上培养优秀品质与交际能力，心态上要保持平稳，不因一时得失而灰心丧气。通过学习，弥补不足，把自己的特长发挥到极致，让理想更准确和快速的实现。

(3) 制定目标和计划

①我们要根据眼前的情况过日子，确定目标时要寻找理想与现实的平衡点，结合实际情况制定计划。



②判断自己的目标是不是可行，是不是超出自己和生活的实际。比如想开一家服装店，首先就要经常到一些服装店里转一转，和商贩聊一聊，了解开一家店



到底要投多少钱，能赚多少，自己能不能承担得起，根据目前的状况，能不能干得了。

③明确目标，制定更详细的计划。目标一旦确定可行，我们要把整体计划化整为零，制定长、中、短期目标。

同样以开服装店为例子，我们可以定出计划，比如最近一周去考察市场，一个月去办理执照、选店址，一年内计划达到赢利2万元等，然后一步步地去实现。不要只制定一个很远的目标，否则只要碰到一点挫折，就会觉得目标很难实现，然后就放弃了。

④坚持自己的计划。不怕别人的非议，目标是自己定的，而且经过考察是可行的，再难、别人再有非议，也要坚持，人生能有几回搏。但是千万不要一意孤行，要接受别人的好意劝告，吸取宝贵的建议，一步一步认真走下去，最终实现目标。

⑤不断进行阶段性小结、反思，根据现实的情况和遇到的问题，对自己的计划进行科学的修订和调整，使目标的实现更为顺畅。

特别提示

当发现自己所设置的目标无法实现，或者很容易实现时，都说明计划不合适，此时我们应该及时地更改目标，或者调整计划。

5. 实现理想目标的几个好方法

(1) 明确目标

定下明确的目标，最大限度地集中我们的时间和其他资源。

(2) 勇敢实施计划

美好的梦想不能只留在纸上，不要总是在羡慕别人。行动起来，实施计划，用汗水和智慧让理想变成现实。