

采写录

# 以“四自”精神展示女性干部魅力

文/罗晓礼

自尊、自信、自立、自强的“四自”精神，一直激励着广大中国妇女在改革浪潮中激流勇进。新时期的女性干部必须始终牢记“四自”精神，致知践行，把握“四要四不要”，以“四自”精神锻造内在品质和精神面貌，展示女性风采和人格魅力。

## 要守住自尊， 不要自轻自贱

女性干部讲自尊，就是要尊重自己的人格，明白做人做事的底线、红线，倾心维护自我的尊严与价值。首先，在外在气质上，要塑造端庄大方、举止得体、可敬可亲的女性形象，力戒薄、透、露的装束和轻浮的言行举止；其次，在社交中，要理性把握“七个不等式”，即粗犷不等于魅力、细腻不等于柔弱、生活不等于工作、随和不等于随意、个性不等于任性、打扮不等于妖艳、单纯不等于幼稚。坚持“三个统一”，即尊敬领导与保持距离相统一、关心同志与平等相处相统一、关爱下属与严格要求相统一，塑造合群、合拍、和蔼的良好形象。更重要的是，女性干部面对的名利诱惑更多、社会关注度更高、舆论压力更大，必须“吾日三省吾身”，时时把党纪党规牢记于心，处处严格要求自己，自觉抵制歪风邪气，干干净净做事，清清白白做人。

## 要充满自信， 不要妄自菲薄

自信是女人最好的装饰，要正确认识自己，既要正视与

男性在生理、心理上存在的差异，更要看到女性自身独特的优势，用自己的才智和特长弥补生理或心理上的不足，以自己独特的优势和智慧，托起巾帼干事创业的蔚蓝天空。要珍惜自己拥有的自然美、健康美、生命美，学会舒坦和微笑，从而变得更加美丽动人，让人乐于接近。要注重提升自己，女性干部必须把学习作为一种高尚的追求，一种崇高的境界，通过加强学习，不断吸取新知识，掌握新技能，增添新智慧，修养沉积出一种不因岁月流逝而褪色、不因时尚更替而落伍的独有韵味。

## 要追求自立， 不要盲目顺从

自立的前提和基础是提高能力，女性干部必须自觉锻炼独立工作、独当一面的能力，在工作中充分实现自己的价值，释放自己的光芒和能量。要提高科学决策能力。决策能力是知识素质的综合反映，女性干部在加强政治理论学习，掌握马克思主义的基本原理的同时，要潜心钻研党和国家的政策法规，熟悉了解和掌握国内外时事政策的变化，学会用世界眼光、宏观思维、战略思维分析问题，善于把握事物的本质规律，提高对事物的洞察力，增强决策的前瞻性和可行性；要提高协调控制能力，特别是面对复杂局面，要冷静思考，清楚掌握事件涉及的方方面面情况，充分估计事件可能造成的危害，从容调度处置事件的各方面力量；要提高角色转换能力，女性干部肩负着事业与家庭的双重担子，必须

及时进行角色转换，既要以工作为重，也要兼顾家庭，支持丈夫的事业，关心子女的成长，调节好事业与家庭的关系，在自己的岗位上出色工作，在家庭中做一个合格的妻子、母亲。

## 要崇尚自强， 不要甘当弱者

很多女性干部面对失败和挫折时，往往容易产生沮丧情绪，甚至一蹶不振。新时期女性干部必须崇尚自强不息，培育出过硬的心理承受力。受传统思想的影响，女性干部更容易受到嫉妒和排斥，甚至人身攻击，对涉及自己的流言蜚语应坦然处之，正直做人，宽以待人，要用自己不懈的努力证明自身的实力，培养豁达大度的风范。另外，女性干部也要敢于经受成败的考验，越是取得了一定成绩的时候，越要保持清醒的头脑，把成绩归功于团队，归功于集体，而不是揽功自傲、目中无人、唯我独尊；面对失败时，切忌怨天尤人、自暴自弃、消极被动，或被困难吓倒而停滞不前，应客观冷静地分析原因，查找问题所在，尽最大限度地弥补损失，做到取得成绩时不骄不躁，遭遇失败时不弃不馁。敢于克服情绪波动。充分了解自己心理特点，正视自我情绪缺陷和变化，多掌握一些有效的情绪控制方法；加强自我调整、自我磨炼，注意通过交流与换位思考，正确理解别人的情感，把握别人的情绪，坚决摈弃斤斤计较、患得患失，纠缠个人恩怨的狭隘思想，努力使自己成为一个豁达大度、胸襟似海的女性。

(作者单位:衡阳市广播电视台)

作协议，双方将以制种保险为重点，配套开展财产险、责任险、人身意外险等一揽子组合保险，共同推动合作银行积极向制种大户、合作社、家庭农场、龙头企业等提供融资服务，并实行融资保险，形成“保险护航—信贷支持—产业

化发展—合作共赢—农民受益”的良性循环。本次合作亦是国有骨干险企与龙头种企的首次跨界合作，打造了支农惠农新模式、精准惠农新路径，将进一步推动湖南农业现代化建设。

## 可抵税的保险正式获批

今日女报/凤网讯(记者唐天喜 通讯员 周航)看病、治病，怎样才能少花钱、办好事？国家为此出台了以完善社会保障体系和惠民为根本目的的“个人税优健康险”相关

政策。近日，记者从太平人寿湖南分公司了解到，该公司产品“太平个人税收优惠型健康保险”于4月14日正式获批。“个人税优健康险”与普通商业健康保险产品的不同主要

## 树立行业的诚信经营标杆

湖南省化妆品经营行业协会开展诚信经营评选活动

由省商务厅主办，中韩美丽产业协会、湖南省化妆品经营行业协会、长沙市化妆品安全协会承办的“亚韩·2016(湖南)中韩美丽健康产业博览会”将于2016年5月13日至15日在湖南省展览馆隆重举行。

为了推动全省化妆品经营、美容美发、化妆美甲形象设计、美容整形行业的健康发展，提高行业的服务质量和服务水平，促进行业上新台阶，新高度，加快与国际接轨，在博览会前期，中韩美丽健康产业博览会、中韩美丽产业协会、湖南省化妆品经营行业协会、湖南今日女报社将在全省化妆品经营、美容美发、化妆美甲形象设计、美容整形行业开展诚信经营评选活动。

此次评选也是“亚韩·2016(湖南)中韩美丽健康产业博览会”的重大活动之一。本次评选采取参评单位自愿申请，行业推荐，消费者通过微信投票，评审委员会审定的方式进行。获奖名单将于5月12日公布。

通过诚信经营评选活动，提

高化妆品经营、美容美发、化妆美甲形象设计、美容整形行业的诚信意识，树立这些行业的诚信经营标杆，带动全省化妆品经营、美容美发、化妆美甲形象设计、美容整形企业，坚持以诚信为本，凭良心做事。创造以诚信为荣，以失信为耻的良好风尚，打造诚信经营的百年企业，让失信者无立足之地，在全行业形成诚信经营的氛围。

评选条件:①该经营单位成立5年以上；②证照齐全；③未发生过消费者投诉事件；④进货渠道规范，未经营过三无产品和假冒伪劣产品；⑤遵守国家法律法规，企业管理先进、规章制度齐全；⑥店面整洁，装修雅致、设施设备高端齐全、维护良好、营业面积不小于500平方米；⑦产品销售价格或服务价格合理、透明、明码标价。

评选办公室联系电话:

0731-85568088、89603003。

邮箱:

2724303499@qq.com。

地址：长沙市五一路湘域中央1栋1506室。



关注长沙洋意子。



关注湖南省化妆品经营行业协会。

## “空谷幽兰”： 朱俞铭油画作品展开幕

今日女报讯(供稿/天津大学天外新闻中心)本月10日下午，由天津大学建筑学院环境设计系、共青团天津大学建筑学院委员会等单位主办的“空谷幽兰”朱俞铭油画作品展开幕式在天津大学举行，天津大学建筑学院院长张硕教授、副院长许慕教授以及学院其他老师等人出席了此次作品展的开幕式。

朱俞铭同学系建筑学院2012级艺术设计本科生，此次画展共展出个人油画作品30幅，受到领导、老师以及同学的一致赞誉。该学院院长还表示：“朱俞铭同学的油画作品，

不仅富有中国传统古典精神，还能与时代精神紧密结合，将传统文化与当代技法相融合，努力用文学性的绘画语汇来表达自己心中的世界，其儒雅的审美境界值得赞扬，希望学生个展的形式能够继续延续下去，营造属于建筑学院自己的艺术文化氛围。”

开幕仪式上，环境设计系主任董雅先生也表示：“朱俞铭同学的油画作品展不仅是环境设计系建系以来第一个学生个展，更是建筑学院历史上第一个学生个展，早已超越展览本身，体现了‘艺术无界，大道归一’的艺术理念”。

## 遗失启事

胡香遗失湖南省高速公路管理局长沙管理处辖区交通运输行政执法证，证号:43000464，声明作废。