



李金爍

女，共青团员，化学与分子工程学院化学(英才)专业 2023 级本科生，2023 年 9 月入学，现任化学(英才) 2302 团支书。

踵事增华正当时

明德为先，德艺双馨

2024 年 优秀团员
2023 年 义务献血

厚学为本，勤学为径

GPA 3.96/4.00，专业排名 1/49 (23-24 学年)
2024 年 南京工业大学三好学生标兵
2024 年 国家奖学金
校综合奖学金一等奖 3 次、校特等奖学金 5 次

沉毅为基，创新为翼

2024 年 南京工业大学第十届武术精英赛女子 24 式太极拳一等奖

笃行为实，拼搏为智

2024 年 南京工业大学第十届武术精英赛女子形意拳一等奖
2024 年 南京工业大学第十届武术精英赛女子形意拳第三名
2024 年 南京工业大学第二十二届运动会女子 400 米第八名

倾心一席谈：

【关于能力】你认为进入大学以来需要培养的最重要的能力是什么？专业理论学习和综合能力的提升哪个更重要？为什么？如何平衡两者的关系？

我认为进入大学后，最重要的能力是自主学习能力。大学与高中不同，学习节奏和内容更加自主，学生需要主动规划学习路径并培养独立解决问题的能力。这种能力不仅有助于学术进步，也为未来的职业发展奠定基础。

专业理论是大学学习的核心，关系到学术水平和职业竞争力。综合能力是包括沟通、团队合作、时间管理等，这些能力在职场和生活中同样重要，帮助学生在复杂环境中应对挑战。

那么如何平衡两者呢？我觉得首先需要合理规划时间：制定学习计划，确保专业学习与综合能力培养的时间分配合理。例如，每天固定时间学习专业知识，同时参与社团或实习等活动。最重要的是反思与调整，定期评估自己的进展，及时调整学习与活动的时间分配，确保两者均衡发展。

总之，专业理论是基础，综合能力是支撑，两者相辅相成。通过合理规划和实践，可以在大学期间实现两者的平衡发展，为未来打下坚实基础。

【学习与工作】你是否参加了社团或其他学生组织？你认为社团和其他学生组织对你的成长和发展有什么帮助或者影响？你是如何平衡社团组织活动和学习之间的关系的？

我担任了班级团支书的职务。作为团支书，我需要组织和协调班级活动，这锻炼了我的领导能力和责任感。我学会了如何分配任务、调动同学的积极性，并在遇到问题时及时解决。除此以外，团支书的工作需要与同学、老师以及外部组织进行沟通，这提升了我的沟通技巧和协调能力。我学会了如何倾听他人意见、表达自己的想法，并在不同需求之间找到平衡。

作为团支书，组织各种各样的团日活动需要投入大量时间和精力，平衡组织活动和学习的需求迫使我更加高效地管理时间，我会合理安排学习和工作，确保两者都能顺利进行。

作者：化学与分子工程学院

审核：学生工作处、化学与分子工程学院