



美国留学咨询 与DIY

赵建军 刘栋辉 / 著

9年北美文科申请的经验之谈，众多海外学子真诚力荐的好书

分享从默默无闻到逆袭成功的经典案例
剖析几十万豆瓣和知乎网友关注的问题

清华大学出版社

美国留学咨询 与DIY

赵建军 刘栋辉 / 著

清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书从留学申请者的自身条件、申请定位、文书写作、文科专业分析、学校选择、申请主动权、就业前景等多个角度对留学申请进行了全面解读。本书选用大量真实案例，分析了众多网友提出的代表性问题，更有已经成功留学生的真诚分享。正在准备出国留学的学子们，通过这本书能够对留学申请有更加深刻的认识和理解，让自己的申请思路更加清晰，未来的留学目标更加明确。

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

美国留学咨询与DIY / 赵建军, 刘栋辉编著. —北京: 清华大学出版社, 2015

ISBN 978-7-302-38973-6

I. ①美… II. ①赵…②刘… III. ①留学教育—概况—美国 IV. ①G649.712.8

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第005673号

责任编辑: 白丽娜

封面设计: 傅瑞学

责任校对: 王荣静

责任印制: 沈 露

出版发行: 清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址: 北京清华大学学研大厦A座 邮 编: 100084

社总机: 010-62770175 邮 购: 010-62786544

投稿与读者服务: 010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈: 010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者: 三河市少明印务有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 170mm × 230mm 印 张: 13.5 字 数: 165千字

版 次: 2015年8月第1版 印 次: 2015年8月第1次印刷

印 数: 1 ~ 3000

定 价: 39.00元

产品编号: 061730-01

前 言

2006年，我踏入留学咨询领域，一切似乎只是机缘巧合。此前，我拿到了美国匹兹堡大学的录取通知书。为了留学，我恶补了很多相关的知识，对各种信息的梳理和融汇开阔了我的视野，也让我意识到留学咨询行业的价值。能够利用国外良好的教育资源，帮助中国无数有理想的学生实现梦想，这是一份非常有意义的事业。

从业这些年，我亲手办理并送出国了两百多名学生，我也间接指导过上万名学生。如今，很多我指导过的学生已经学成，并成为各自领域的精英；很多学生和我成了朋友，总把国外的第一手信息反馈给我；很多人推荐师弟和师妹来咨询，让我帮助他们增加北美留学申请被录取的可能性。多年来的咨询经历让我意识到，留学咨询是一个对业务素养和情商都要求很高的行业。

八年前，留学中介大行其道，留学咨询方兴未艾。我们这些咨询师在一个新兴的领域里摸爬滚打，在实战中积累经验。几年后，大多数人已经转行，我在经历了无数次摔打后仍然选择坚持下来。由于美国有全球最好的教育机制和教育

资源，所以我的业务重心也在实践中逐渐集中到美国文科，我自己成了这个申请领域的专家。

留学咨询行业是随着人们对留学理性认识的加深产生的，也会随着这种趋势的推进而发展。近几年，高端留学市场逐步开辟自己的路径，并和单纯以出国为目的的留学中介从概念上彻底分离。倒逼机制也让传统的、成功率百分之百的留学中介市场面临重组。如今，很多中介机构正在尝试转型，但由于受制于既有业务，转型成功率很低。此外，国内一些教育领域的巨头通过并购进行业务延展，在留学咨询行业加强力量。现阶段这些风起云涌的变化，在当年是不可想象的。

在大学同学毕业十年的聚会上，当大家分享经验时，我发现很多人对留学咨询了解不深，也分不清它与留学中介的区别。听完我的介绍后，有人说：“人活着要么成条龙，要么就当某条道上的‘虫儿’。听你说得头头是道，在你那个圈子，你应该算是个‘虫儿’了吧？”这个难辨称赞和调侃的称谓让我心里一动。这些年虽然我积累了很多经验，然而一直匆匆忙忙，从没想过认真总结一下，现在也确实应该在而立之年对过去做个梳理，以便在未来的日子里更好地鞭策自己，也启发更多的人。每次在网上看到学子们殷切的询问和对我的回复的赞许，我的心里美滋滋的、暖暖的。我希望能写一本书，和大家分享我的经验以及对留学申请的思考。

八年多的实践是这本书的内容来源。我相信会有很多申请者在本书中找到与自己面临的问题相同的案例，并通过阅读本书发现新思路。

当然，肯定会有人问，看完这本书是否可以自己动手（Do It Yourself, DIY）申请？我认为因人而异。对于一些基础条件极其出色、申请目标非常明确的学生，通读本书后，对DIY申请会有一个清晰的思路。对大多数申请者来说，DIY应该慎重。举个例子，我有个痴迷收藏的朋友，他是电视上鉴宝节目的忠实观众，收藏相关的书籍，也读书无数，谈到收藏话



题，总能口若悬河。一次逛街时路过个古物摊，我们调侃他说：“看看哪件古董值 500 万，咱们赶紧捡漏买下来。”他拿起这件看看，拿起那件端详，半天说了一句让大家大笑的话：“我的知识一下子格式化归零了。”留学申请也是一样的道理。申请是个动态的过程，每个人面对的细节都是新的。所以，对于面对海量信息的学生来说，这本书虽然可以提供方向性指导，却终究不如有一个经验丰富的咨询师当参谋牢靠。

我常想，在不久的将来，我提供过咨询服务的学生中，也许会出现另一个李开复、张朝阳，或者乔布斯。这样的设想总让我干劲儿十足，并带着一份荣誉感投身工作。

记得罗曼·罗兰称贝多芬是将人类摆渡到彼岸的伟大船夫。我非常喜欢这个比喻。虽然不敢妄比贝多芬，但我想对文科的申请者们说：“如果你对彼岸有坚定的渴望，我愿意做一名船夫，在这里守候，为你摆渡，摆渡你的梦想。”

赵建军

2015 年 5 月



目 录

第一章 理性的抉择	001
第一节 出国留学：应放入人生坐标的理想	002
第二节 那层越来越“伤不起”的镀金	007
第三节 留学也是一桩生意	013
第四节 非 TOP X 名校不去？	016
第二章 申请定位是关键	021
第一节 定位：举一纲而万目张	022
第二节 SWOT 分析：初步定位 DIY	027
第三节 定位聚焦：推销自己的“樱桃树”	039
第四节 英雄是否问出处？	043
第五节 细节之处蕴藏的智慧	047
第六节 背景提升：新定位的转折点	051
第七节 刀锋上行走：当心定位的另一面	058
第八节 选择硕士还是博士？	060

第三章 留学文书: 文科决战之王	063
第一节 用什么填充文书	064
第二节 文科类的 PS 怎么写?	067
第三节 CV、WE 和 WS: 找准自己的“范儿”	085
第四节 来自“贵人”的推荐信	090
第五节 文书组织技巧	097
第四章 透视繁杂的申请信息	102
第一节 GT、GPA 和 SAT 成绩: 工欲善其事, 必先利其器	103
第二节 录取倾向: 不能说的秘密	107
第三节 文科奖学金: 在水一方的“男神、女神”	109
第四节 论坛更像是杂坛	113
第五节 别人的成功不可复制	116
第五章 找到适合你的专业	119
第一节 文科选专业的关键点	120
第二节 跨专业申请的三个参考标准	126
第三节 最后做决定的一刻	131
第六章 选校“淘宝”记	135
第一节 选校的步骤和抓手	136
第二节 深度打击还是漫天撒网?	140
第三节 冷眼看待学校排名	142
第四节 文理学院: “不入流”的世界级名校	144



第五节 学校的位置和环境	148
第七章 如何把握申请主动权	150
第一节 申请：一场耗费精力的持久战	151
第二节 先入为主还是后来居上？	156
第三节 毕业后是否该停下来积累一年经验？	158
第四节 重新申请的困惑	161
第五节 用好本科转学的跳板	164
第六节 文科套瓷：一次高情商的公关	166
第七节 找咨询公司还是 DIY ？	169
第八章 学文科不好就业吗？	173
第一节 厚积才能薄发	174
第二节 未雨绸缪话就业	177
第三节 和你的好运气握手	179
第九章 大洋彼岸的声音	182
第一节 我在哥大读东亚研究	183
第二节 PhD 申请：做好为专业献身的准备	186
第三节 宁精毋杂，宁专毋多	192
第四节 GT 不只是敲门砖	196
第五节 时刻注意培养独立思考能力	199



第一章

理性的抉择

这些年，我一直专注于文科类专业的申请。总体上，我感觉学习文科的学生情商相对较高，语言能力和交际能力较其他学科的申请者出色一些。他们大多兴趣广泛，热衷于参加各种活动，对国外环境适应起来比较容易。但也许正是由于文科生的感性，在我看来，有相当一部分人不适合到国外去读书，有些人的初衷或目标也与实际情况有很大偏差。造成这种偏差的原因有很多，其中最重要的还是源于信息的不对称。很多申请者对中外教育体制的差异、国外就业环境等理解得不透彻，有些人只是了解了表面，有些人的认识还停留在过去。

虽然出国留学无所谓好坏，但却有适合与不适合之分，所以对待出国留学应该只有两种态度：一种是义无反顾；一种是直接放弃。人生中有很多东西是不允许去尝试的，留学应该算作其中之一。不幸的是，现在抱着“无所谓”或者“试试看”的态度来找我的人越来越多，对留学现状有明显误解的人也不在少数。

每次接手学生，我首先关心的是他们的出国目的和态度，对我来说这是原则问题，也是以后所有工作的基础。一个咨询师为适合出国留学的人提供服务，并为他们找到适合的位置，这才是对学生负责。所以，遇到对留学理解有偏差的学生，我会深入与他们交流，帮他们仔细分析出国留学

的利弊、国外留学环境的最新形势等，尽量帮他们纠偏，以便做出正确的选择。所幸，在我接手的案子中，大多数人都采纳了我的意见，很多人在后续联系时，还对我当初的建议表示感谢。

这几年，我有意识地把近些年总结的经典案例进行梳理，并做了分类，算是我对每位申请者在出国前应该思考的问题的小结。三思而后行，认真思考过后做出的决定才是经得住考验的。我希望这一章的内容能给所有想出国的申请者一些启发。

第一节 出国留学：应放入人生坐标的理想

如果说有些事可以改变一个人的人生轨迹，出国留学绝对可以算作其中之一。然而，面对此等“终身大事”，很多人花费的心思甚至不如一次暑期旅行多。所以，在这里，我请即使再幽默的人也先严肃几分钟，细读下面的内容。

出国留学需要考虑的因素非常多，比如自己的兴趣爱好、未来的职业规划、自己的人生抱负和经济承受能力等。凡事预则立，不预则废。只有全盘考虑后理清思路，才能明确目标，才能让自己迈出的每一步都带有目的性。就像二万五千里长征，虽然路线曲折，但翻过的每一座山、渡过的每一条河、经历的每一场战斗，都是为了抵达目的地。如果没有这个目标，队伍很难克服艰险一路走下去。所以，在出国前，要先明确自己的出国理想。“理想”是一个有深度的词，它应该是经过深思熟虑的，至少是经过长时间思考形成的，一时兴起的“理想”只是想法，或者说是念头，很可能三五天后就被置之脑后了。如果用这样的态度去做人生规划，怎能不被

人生抛至脑后呢？留学理想是应该放进人生坐标的，也只有这样，才能让申请过程中的每一步都更加理性，都真正成为未来人生的基础，自己也更有信心走下去。

理工科、医科等学科的申请者比较理性，尤其对于研究生阶段的申请，大多数人已经有了明确的研究方向，不少人在专业研究上已经进行到一定深度，有些人在实验室有自己的专利和研究成果。在硬件条件具备的前提下，很多人想通过出国对各自的专业领域做进一步的研究。他们对未来的职业已经做好了规划，并且无论是出于主观上的喜好，还是客观条件的限制，较为程式的学科属性和多年的学科积累都为他们的进一步深造打好了基础，留学申请也是水到渠成。所以，我常常开玩笑地对负责理工类学科申请的同事说：“人家施肥除草抓虫子忙了几年，摘果子的时候你们才来。”

相比而言，文科申请要更复杂。文科学生在专业广度上比较出色，毕竟文科类专业选择面宽，未来发展变数较多，但这也让文科申请充满了不确定性。我经手过的很多案例都是中途要求换专业的，一方面是由于跨专业可行；另一方面是因为这些学生没有很强的专业积累，也就没有了申请的束缚。乐观地看，这些学生有很多选择；悲观地看，他们有较多的不确定性，这其实给申请带来很大麻烦。如果学生自己没有和这个专业“死磕”的决心，又怎么能让申请的学校相信呢？

咨询师最喜欢接手的是能够清楚认识自身优势，有明确的目标，并且已经为这个目标的实现做了几年详细规划的学生。能接手这样的案例，对留学咨询师而言工作会很轻松。咨询师可以省去很多考察、分析的工作，把重心放在申请环节的准备上，比较容易获得好结果。比如下面这个案例：

Branda 是个非常有思想的学生，去美国读 MPA 是她的目标。良好的理工科背景、扎实的专业基础知识，以及丰富的社会工作经历……所有这些都让她具备了申请出国的优秀条件。最让我欣赏的是，在申请时她有非常

明确的职业规划，并且对公共事务领域一直保持着非常高的热情。

几次交流过后，我梳理出了工作重点：如何把本科和研究生阶段的学习和实践经历有效串联起来，形成清晰的申请思路。我们确定在 **Personal Statement**（以下简称 **PS**）中重点说明为什么她要走出实验室而转到公共事务这个领域，并且表明她是在参与了相关实习和实践后才树立了职业理想，决定投身于环境领域（或许延伸到化工、医药等领域）的咨询事业，致力于使更多的人对环境领域的问题给予重视，最终想成为一名优秀的行业分析师。**Branda** 的申请材料完整、顺畅、含金量高，加以润色之后非常有说服力，获得好的结果自然水到渠成。

在申请过程中还有一个插曲。**Branda** 的家人为她申请应聘了一个大学助教的岗位，学校对她的条件也非常认可。**Branda** 突然有了两种选择。如果留在国内，当公务员自然是非常稳妥，有稳定的收入和优厚的福利待遇。这一选择也会给 **Branda** 省去人生中可能会出现很多麻烦，并且这些好处又都是她父母最希望看到的。

但在与 **Branda** 的交谈中，我能感到她对出国留学的渴望，她的信念依旧坚定。于是，我约见了 **Branda** 的父母。两位老人说，孩子能够工作稳定、平平安安地生活就是他们的愿望。可怜天下父母心。我对他们说：“**Branda** 是一个非常优秀的孩子。她喜欢挑战。在她眼里，平凡的生活就是浪费生命。同时，她有过硬的条件和明确的自我主张。以我做咨询这些年的经验来看，她是完全能适应国外生活的。我接触过很多与 **Branda** 同龄的孩子，与他们相比，如果 **Branda** 留在国内发展会非常可惜，出国留学肯定会给她一个非常光明的前途。我想你们应该支持她。”在我的劝说下，**Branda** 的父母最后表示尊重孩子的选择。

Branda 现在还在哥伦比亚大学（简称哥大）学习。在后来的交流中，她庆幸自己做出出国留学这个正确的决定。她说：“我在这里学到了国内学

不到的知识，在学习过程中我始终保持浓厚的兴趣和饱满的热情。”我相信 Branda 将来会成为一名优秀的专业人才。Branda 的案例让我想起了汪国真的诗句：“既然选择了远方，便只顾风雨兼程。”

当然，作为咨询师，我不可避免地要面对形形色色的申请者。在实际工作中，很多申请者的想法是不切实际的。有些申请者不了解国外的形势，或凭借一时兴趣和一时耳闻，或根据自己的直觉或者同学曾经的选择，就想当然地决定申请某学校某专业，根本没有考虑自身的条件和要申请的学校和专业的客观情况。曾经有一个学生，他一开始要申请教育学，后来又要申请传播学，之后再转到心理学，最后又落到经济学上，几个月下来，各种资料搜集和分析耗费了大量的精力和时间，最后也都没有用武之地，让人颇有些无奈。

从我经手的案例看，申请过程一定要以终为始。我在这里想说得绝对一点，一般没有明确目标的学生，申请结果也不会太理想，大多因为个人积累太浅薄，根本过不了学校那一关。

还有一种情况是看似有深思熟虑的明确目的，但这个目的却非常不切实际，而建立在这个目的基础上的详细职业规划也就成了伪命题。

曾经有个学生，他对自己的美国之行早有详细的规划。他要到某学校学习某专业，然后留美工作，甚至工作后会达到怎样的生活水平他都有自己的预期。但可惜的是，这个计划不是 A 计划，也不是 B 计划，而是 0 计划，因为这个计划非常不现实。从计划看，他对国外环境的了解还处于想当然的状态，至于工作定居之类的打算，对他来说都是不大可能实现的，最后的结果只能是 0。幸好这名同学能够随机应变，经过几次沟通，他接受了我为他量身定做的新的出国计划，并顺利成行，踏上了人生的一段新旅程。

与以上两种情况相比，一个更糟糕的情况是对出国本身的无目的性。

在有些人眼里，第一目的是出国，第二目的才是学习，只要能出国就行。出国留学成了出国躲猫猫游戏，至于出国后学什么，未来怎么打算，这些等到了国外再从长计议！这些人把手段当成了目的，是绝对的本末倒置。每当遇到这样的学生，我就知道又必须从端正目的这个环节开始工作了。比如下面这位李同学的例子：

如果不是见过一些类似的申请者，第一次见面时，我真的会被李同学的负面情绪干扰。当时正在北京某大学读大二的他，就像一个经历坎坷的老人，向我倾诉命运对他的不公。李同学学习成绩优异，在北京四中这样的重点高中读书期间，成绩一直名列前茅。但这些优秀的积累却成了他后来的负担。

高考过后，因为志愿填写不当，他没能去心仪的大学。很多学生期待的大学生活在他这里却成了梦魇的开始。上课、听报告、考试、校园活动都不能引起他的兴趣。心高气傲的他一直生活在不平衡的心理阴影下，周围的一切都让他不屑一顾，但他又不得不生活在这里。一个偶然的的机会，他想到了出国，在网上搜到我的联系方式后，就来登门拜访。

我耐心地听完了李同学的倾诉。能看出来，倾诉之后，他的情绪好了很多。于是我有个感觉，似乎他更应该去拜访一位心理咨询师，或者一位阅历丰富的生活老师，总归不应该是留学咨询师。

我问他什么时候做出了出国的决定，他回答说是上个月。我问他有什么具体的申请意向，他随口列出了几个学校和专业，最后补充了一句：“只要能离开现在的环境，去哪里都行。”

我心里明白，这个时候我必须要唱红脸了。我说：“很抱歉，我帮不了你。因为你不是想出国，只是想逃避。”一句话冷凝了现场的气氛。我紧接着说：“你现在这种状态，即使出了国，也只能把怨气带过去。你想，周围的人都在为自己的梦想努力，你却没有方向和目标，浑浑噩噩，这样对



你来说会是更大的痛苦。我们只能帮你为梦想铺路，却无法为你安排一个梦想。美国也是一样，那里可以为你的梦想提供一个更好的平台，却绝不负责为你寻找方向。”

最后，我帮他分析了自身的条件。他还在读大二，时间上还算来得及，可以利用这段时间在学习过程中明确自己的兴趣爱好，为自己制订可行的计划。我告诉他，出国学习也只是人生中的一个选择，这个选择适合一部分人，但对另外一部分人很可能不适合。

大三那年，他再次找到我，谈了一年来的思考和感受。听完他的话，我感觉他可以规划留学申请了。之后就是繁杂的申请……如今的李同学已经学有所成，在美国就业。在来信中，他感谢我建议他用一年的时间去为自己的未来思考。他很喜欢自己现在的环境，也对未来的生活充满信心。

有人曾说，人生就是不断为自己错误的决定买单。我觉得在留学这件事上，如果糊里糊涂出国了，可能需要用一生的时间为之买单。

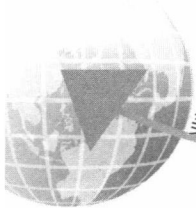
第二节 那层越来越“伤不起”的镀金



差不多人人都知道，出国镀金是个老生常谈的话题。但看着每年越来越多的中国学子，尤其是文科学子，怀揣着镀金梦，奔向国外，作为一个旁观者，我认为有必要把这个话题再讲一讲。

2009年，一个家境殷实的亲戚上门找我咨询。他的孩子在国内一所不知名的本科院校学习法律，快毕业了，想到美国读研究生。按照他们的理解，出国读书可以锻炼语言能力，同时开阔国际视野，最主要是孩子有了





国外的文凭，将来在国内肯定能有更大的发展空间。

对方是长辈，我只能委婉地表达自己的意见。我反复说明我希望他们重点申请的法学院通常是 TOP 14，最差在 TOP 30 以内，而我这个远房表弟的条件远远不够。最关键的是，他们让孩子出国仅仅为了一个国外文凭，这是大忌。与其这样，不如在国内好好锤炼一下，多积累一些社会实践经验。最后我还专门叮嘱，千万别听中介的一面之词，他们总会把出国留学者的前途说得一片光明。

但忠言终究逆耳，亲戚也拗不过孩子，找了一家中介公司。在中介“国外生活充满阳光”的美好描述下，孩子进入了一所从当地口碑来看比他在国内就读的学校还不知名的学校。

去年表弟毕业后，原以为顶着“海归”的光环，也有国外的学位，在国内找工作会轻而易举。不料回国半年多，简历投了不少，面试也参加了不少，但表弟依然没有找到合适的工作。小公司从基层做起他看不上，大公司又看不上他。直到现在，表弟还处于无所事事的状态。

找工作的那段日子，表弟还联系过我。和他交谈时我才知道，刚开始在国外求学时他也是非常勤奋的，但由于主要生活在华人聚居区，身边朋友都是华人，平时说英语的机会很少，时间一长，认识的朋友多了，小圈子形成了，大家一起吃喝玩闹，有时还逃课参加聚会，慢慢地学习就不那么专心了。再加上学校档次不高，要求也不严，他的小日子就滋滋润润、浑浑噩噩地过去了。不仅如此，我发现那个小圈子对他的影响非常不好。他一直在和我强调当初和他在一起的某某，现在在某大单位工作，某某现在在家族企业已经当了副总等。我为他联系了一个经理助理的岗位，他连面试都没去。

一次回家时遇见了我那位长辈亲戚，说起这件事时他有说不完的悔恨。百八十万的投资打了水漂也就认了，但几年的时光里孩子却没有学到一技