



大学钩子

行之有效的钩子策略，
助你进入梦想的美国大学！

The College Hook

(美) Pam Proctor◎著 徐 峰◎译 温 暖◎审校



华东师范大学出版社

大学钩子

行之有效的钩子策略，
助你进入梦想的美国大学！

The College Hook

(美) Pam Proctor◎著 徐 峰◎译 温 暖◎审校



华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学钩子/(美)帕姆普罗克托著;徐峰译. —上海:华东师范大学出版社,2011.1
ISBN 978-7-5617-8399-3

I. ①大… II. ①帕…②徐… III. ①留学生教育—申请—美国 IV. ①G649.712

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 014321 号

大学钩子

著 者 (美)Pam Proctor
译 者 徐 峰
审 校 温 暖
策划编辑 彭呈军
审读编辑 肖家兰
责任校对 赖芳斌
装帧设计 卢晓红
封面摄影 朱静蔚

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021-60821666 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537 门市(邮购)电话 021-62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://ecnup.taobao.com/>

印 刷 者 江苏南通印刷总厂有限公司
开 本 787×1092 16 开
印 张 18.75
字 数 309 千字
版 次 2011 年 6 月第 1 版
印 次 2011 年 6 月第 1 次
印 数 1—4100
书 号 ISBN 978-7-5617-8399-3/G·4940
定 价 39.80 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

The College Hook: The Smartest College Admissions Guide You'll Ever Read

By Pam Proctor

Copyright © 2007 by Pam Proctor

Simplified Chinese translation copyright © 2011 by East China Normal University Press

This edition published by arrangement with Center Street, New York, New York, USA

All rights reserved.

上海市版权局著作权合同登记 图字:09-2008-583 号

致我的学生们，
他们找到的不仅仅是钩子，
更有对未来的展望。

序

2004—2006年,我在中国驻休斯顿总领事馆教育组任领事,负责教育的双边交流,有机会对美国的教育体系有了更为全面的、更深入的了解。

不同于中国的高中毕业生进入大学,主要依据其高考成绩,根据国家统一划定的分数线对号入座,属于单向的一考定终身性质,学生的选择权非常有限,学生本人也不需要“销售”自己以获得大学的青睐。而美国大学入学则是根据学生的申请资料,综合其高中四年的学习成绩、标准考试成绩如 SAT、学生课外活动情况及面试表现,由各大学自己决定录取谁,学生与学校之间是一种双向选择关系。能否选择到称心如意的大学,既能满足学生本人的兴趣与追求,经济上又切实可行,已经成为每个高中毕业生和家庭的大事,因此格外引人注目。

在美国,大学入学顾问在学生申请大学的过程中扮演着非常重要的角色,他们帮助学生完成中等教育向高等教育的转型。大部分的入学顾问(在美国称作 College Admission Counselor)由高中的指导老师(Guidance Counselor)担任。大学非常仰仗专业的入学顾问的推荐,因为他们最知道不同的大学需要怎样的学生,从而将学生送到最适合的大学,而学生也通过入学顾问的推荐信向大学呈现其特别之处。同时,也有很多独立的教育顾问(Independent Education Counselor)凭借他们的专业背景和经验,为学生提供服务。在美国,大学入学的辅导也是充满商机的产业。其中最著名的要算《美国新闻与世界报道》(*U. S. News and World Report*),它每年都要推出大学排行榜,具体介绍各校的概况和办学特点,帮助高中毕业生根据自己的实际情况,选择最适合的大学就读。

本书的作者 Pam Proctor 女士就是其中一名杰出的专家,她长期在高中担任顾问,并设立自己的大学申请顾问公司,深谙其中奥妙,用她自己创立的方法帮助很多美国高中生进入梦寐以求的大学,如: Dartmouth、Harvard、Princeton、Georgetown 和

Wellesley 等美国著名高校。本书的译者徐峰女士早在 1998 年就赴美国系统学习大学入学顾问的专业知识和技巧,并最早在上海提供专业的美国大学入学服务,心怀教育育人的信念并凭藉其美国求学及工作的亲身经历,在翻译中饱含热诚地再现了作者的思想和目标。

《大学钩子》一书详细介绍了高中毕业生如何包装自己以赢得大学入学的竞赛。确实,进入美国大学是一场竞赛,而且正在变得越来越激烈。如果没有真正的实力和与众不同的优势,很难从这场竞赛中脱颖而出。虽然其目标读者原本为美国学生,但对于希望进入美国大学深造的国内高中毕业生来说,该书也具有很强的指导意义。并且,本书紧紧扣住大学申请的每个环节,从高中成绩、标准考试成绩、推荐信、申请文章、活动单以及申请过程,详细地描述了申请者需要努力的方向。同时,也给出了不同背景的学生撰写申请信的写作要领及范文,具有很强的实用性。

综上所述,本书是一本极有价值的指导中国学生成功申请美国大学的参考书。

是为序。

吕培明

同济大学外国语学院副教授

原中国驻休斯顿总领事馆教育组领事

致中文版读者

亲爱的同学们：

欢迎来到美国高等教育的世界！当你开始申请美国大学，你就踏上了自我发现的旅程。你的平时成绩和标准考试成绩不能代表你所取得成就的总和，藉此让你进入所选大学。它们只是你将呈现给大学的总“申请包”中的一部分，《大学钩子》将对这个申请包做出详细的描述。

你们可以把大学申请的过程比作一只三脚凳：

- 一只脚是你的课程成绩
- 另一只脚是你所有的成绩
- 最后的那只脚是你的“钩子”——你的兴趣、活动或激情，可以从申请的文件中跃出，吸引住录取官员的眼球。

想成功获得美国大学的录取，你需要确保你的凳子的每只脚牢固并且平衡。你可能了解标准考试成绩，如 SAT 和 ACT 得到高分的重要性，但是你可曾想到过你的“钩子”，那个把你和同你竞争的学生们区别开来的东西？

这本书中，我会挑战你们——就像我挑战成千名其他的学生一样——深深挖掘，找到你的钩子。然后我会一步步带领你们如何在申请文章、活动清单和简历中传达你的钩子。通过我实际帮助过的学生的实际事例，本书也将告诉你如何通过一些特别的暑期和平时的课程加强你的钩子。你将学习如何与大学招生代表建立关系，准备可能的面试和 Skype 交流，以及完成一份能最大限度地放大你的钩子的简历。

当你合上这本书时，你将获得美国大学申请和录取过程的专业知识。但是你得到的应远超过于此：你的自信以及你通过书面或面对面沟通的能力，它将伴随你走完大学进入求职市场——并在你未来的生活中一直陪伴你。

Pam Proctor

译者序

2007年的9月,在德克萨斯州的奥斯丁召开的美国大学入学顾问年会上,我第一次见到 Pam Proctor,正值《大学钩子》刚在美国出版。我上前向 Pam 祝贺。知道我要回中国,Pam 热情洋溢地送给我她的新书,并签名留言:“准备好你的钩子!”

回华盛顿特区的飞机上,我翻开书阅读,而后就放不下来了。书中的每一章节、每个事例、每段数据时时碰撞我,让我回想起之前从事美国入学顾问时见到的学生、他们的困惑和他们的期待。

虽然不是唯一的原因,但 Pam 的《大学钩子》激发出的我的热情和责任促使我最终决定接受上海市因私出入境服务中心留学港的邀请,回到上海担任首席美国入学顾问。

当时,我刚刚完成美国乔治·华盛顿大学的管理硕士课程;当时,距我在上海市因私出入境服务中心建立上海第一个美国大学入学顾问办公室7个年头,距我第一次飞到美国系统学习美国大学入学顾问知识8个年头;当时,中国的美国留学顾问的业务如日中天。

2007年的10月,我回到上海,已经有几名学生在学习等待我接受他们的申请辅导。与他们细细地交流,我常常被他们拥有的才能和潜质所吸引,同时又深深地遗憾因为没有得到系统的引导,他们的能力和潜质非常难以在短时间内质变为夺人眼球的“钩子”。虽然最后他们也进入了理想的大学,但作为一名专业的大学入学顾问,我了解我的更重要的工作是通过入学申请的过程,让学生建立自信,发现自己的兴趣和热情所在,找到职业方向,从大学成功之路通向未来职业成功之路。这也是 Pam 在《大学钩子》中所倡导的。

运用《大学钩子》的方法和我的专业大学申请顾问知识,我开始在留学港的礼堂举办系列的留学美国的讲座,我的听众每次都在增加,从最初纯粹的家长团,慢慢地加入

越来越多的学生，每次，我都看得到这些年轻的准备着去美国的高中、大学或是研究生院的学生们眼中闪烁着的自信和坚定，也让我领略到这份努力的意义和价值。

我希望更多的人了解钩子，了解钩子在大学申请过程中的重要性，更重要的是，了解通过培养钩子，你可以如何地实现你的目标和未来。2008年的春节，我回到美国，Pam 风尘仆仆地赶到弗吉尼亚与我见面畅谈。我们聊竞争愈来愈激烈的美国大学申请，我们谈陪伴学生在申请过程中成长的欣喜，我们说中国国际化的新一代。我告诉Pam，我要将《大学钩子》介绍给中国的学生和家长，这将给他们很多的启示和指导。

这就是《大学钩子》的诞生记。期间因为我工作的原因，翻译工作不得不停顿了很多次，但是我从来不敢松懈。翻译过程，帮助我提炼了很多大学申请的实践和经验，令我获益匪浅。

最后，我要感谢很多人。我之前入学顾问工作室的同事们，他们参与了相应篇章的翻译；吕培明先生，原中国驻美国休斯顿总领事馆的教育领事，对此的鼓励和支持；华东师范大学出版社的编辑彭呈军先生，慧眼识好书；还有上海市因私出入境服务中心留学港将本书毫无保留地推荐给申请学生。他们的愿望，就是期待那些怀揣着进入美国梦想大学希望的学子们成功地实现他们的目标。

现在，让我引用作者 Pam Proctor 的话结束本序：“现在，请你翻过此页开始体验钩子的力量吧，这个力量将令你驾驭通向大学录取的道路——而且不止于此。”

徐 峰

2011年3月于上海

致谢

如果没有那群信任我并要求我担任他们大学入学指导的学生,本书将永无完成之日。他们支持我著书的热情和他们对自己入学申请经验无私地分享,激励我度过了手稿撰写的每一阶段。

我还要感谢塞巴斯蒂安河高级中学(Sebastian River High School)的全体同仁,我多年在该校担任国际学士学位课程(IB课程)的顾问。特别要感谢 IB 协调员 Donna Olson 与 Cathie Ziegler、副校长 Judy Kloski、IB 教导主任 Enrique Valencia、体育主任 Michael Stutzke 以及校长 Peggy Jones 博士,他们的支持为我构建本书的理念提供了一个平台并且给了我坚守它们的信心。

若无我的经纪人 Carol Mann、我的编辑 Christina Boys 以及我的出版人 Rolf Zettersten,《大学钩子》将无法顺利地到达广大读者手中。他们很快地接受了“钩子”的理念,并全力以赴地向中央大街的书商推荐它。同时,我要感谢助理编辑 Meredith Pharaoh 令人钦佩的高效率和细致周密的工作。

最后,我想感谢我的丈夫 Bill,他一直守护着我,就像我的合伙人、专业同事和最强大的啦啦队长。我觉得我们在大学的初次相识并非偶然,当时我是 Mount Holyoke College 的学生,而他就读于 Harvard Law School。《大学钩子》的种子那时就已播下;只是开花结果耗费了若干年的时间。

Pam Proctor, 总裁
大学申请顾问公司
维罗海滩,佛罗里达州

导言：强有力的大学钩子策略

本书旨在引导你了解被称为钩子的强大入学武器。这个钩子就是你的特殊天赋、成就或是你的个人品质，它们可以从你的入学申请材料中一跃而出，瞬间俘获录取官员们的视线。现在，申请就读全国顶级大学的竞争空前激烈——其紧张程度一年胜过一年——本书将向你展现“包装”的秘诀，大大增加成功进入你所选学校的几率。

在 Harvard 和其他顶尖学府，SAT 成绩完美或近乎完美的学生以及全 A 成绩的学生比比皆是。以 Princeton 最为典型，据《华尔街杂志》(*Wall Street Journal*)所载，2006 年“有 1886 名致告别辞的学生代表^①申请该校，而它仅从中录取了 17%”。Princeton 大学的网站上宣称在 2006 年它“有记录的”17563 名申请者中超过 7000 名学生“中学平均成绩是 A 或 A-，而他们 SAT 考试三部分的每一部分得分均在 700 分或 700 分以上”。

UCLA 的校长 Albert Carnesale 认为申请者的学术成绩“非凡”。根据该校媒体关系办公室的信息，在申请 2010 年毕业班的 47258 名申请者中，近 21000 名学生——约占 44% 之多——其 GPA 成绩达到 4.0 或 4.0 以上（4.0 即为“A”），而被 UCLA 正式录取的 12094 名学生的 GPA 成绩为 4.27。

在这样的形势下，如果你想进入你的梦想学校，那么，即使你拥有必备的学术成绩，你还一定要具备“额外的一些东西”——这就是钩子。

在以下的章节中，你将通过成功的申请案例发现活生生的轶事与实例。大部分例子引用了学生的真实姓名，有小部分对学生的姓名和身份作了修改。每一个案例中，你将会读到学生们是如何找到自己的钩子并充分利用它的优势的真实记述。

更重要的是，这个循序渐进的做法将令你开发出只属于你自己的独一无二的钩

^① 译者注：致告别辞的学生代表，指毕业班学习成绩最优秀的学生。

子,并且在录取过程的每一阶段包装和推销你自己。倘若没有这样一个计划,你将极有可能成为被一些入学顾问称为“大学招生大屠杀”的牺牲品。

招生大屠杀

人口压力、SAT 考试辅导的增强以及其他相关因素,导致争读热门学校的竞争已近白热化。有些在早几年前有十足把握去申请常春藤和小常春藤^①的学生懊恼不已地发现他们现在已无法申请了。“也许只有发现了禽流感疫苗或者找到了解决阿拉伯与以色列之间冲突的办法,我才有可能申请耶鲁”,一位被拒的申请者如此哀叹。

这个结果还引发了高压的滴流效应,那些在《美国新闻与世界报导》(*U. S. News & World Report*)^②排名榜上位居中低端的学校发现它们的申请者骤增。因此许多学校被迫提高标准化测验分数的门槛以及被迫缓招或让那些没通过成绩审核的优秀学生进入候补名单。面对如洪水般的申请者,Balyor 于 2006 年 2 月推出了首个申请者候补名单。在 2006—2007 年度的招生中,该校还停止了滚动招生政策,取而代之的是设定截至日期的做法,包括两轮提前行动申请(*Early Action*)。

人口统计详情

竞争持续增强的根源在于人口和不断扩大的信息网络。婴儿潮时期的孩子已到了上大学的年龄,简言之越来越多的学生正在涌进申请者队伍,而且据预计,该趋势仍将持续。再者,互联网的普及让学生能够发现他们所在州以外的学校,而且也让他们能够在线发送尽可能多的申请资料。根据《今日美国》(*USA Today*)的报道,超过 300 所公立和私立学校正在使用一份统一的申请表(*Common Application*)^③,使在线提交的申请最近四年出现了“暴涨”,2005—2006 年度“从 2000—2001 年度的不到 41000 名增至预计的 700000 名”。此外,《纽约时报》(*New York Times*)报道,现在的学生申请

① “常春藤”,或称常春藤盟校,包括 Brown、Columbia、Cornell、Dartmouth、Harvard、Princeton University of Pennsylvania 和 Yale。“小常青藤”包括 Amherst、Wesleyan 和 Williams。

② 《美国新闻与世界报导》(*U. S. News & World Report*)每年对美国大学进行排名。

③ 译者注:Common Application 是美国高中生申请大学入学的通用申请表,现已被 392 所美国的大专院校采用。

十几所或更多的学校——有时候甚至多达三十所——作为保底，根本不足为怪。

同时，高中学校对分数的夸大也呈现上升趋势，这构成了入学压力的又一因素。申请资料中的成绩普遍被转化成总平均成绩的4.0以上甚至是5.0。越来越多的学生意识到标准化测验前期训练的好处，这对本已激烈的竞争而言更是火上浇油。一流的学业成绩已变得非常普通。

“这真是非同寻常的一代大学生”，University of Southern California 招生政策与管理处的副教务长 Jerome Lucido 博士指出，“当我们选拔时，仅凭一个学生能在学业上获得成功这一点已经无法让他获得通过，因为在我们的申请大军中几乎每一位学生在学业上都非常成功。”

因此他说，“我们必须问我们自己一些不同的问题。我们需要了解这个学生所具有的特征、天赋和态度能否给我们的学校增色。有时它可能是领导力，有时它可能是体育方面的成就或是有望成为杰出研究员的潜力，或者它可能是对各种文化的深入理解，能帮助我们实现我们的目标”。

“这就是我们为什么需要阅读申请资料——是为了读懂学生，”Lucido 解释道。他说，录取决策经常是围绕一个基本问题：“你的本质是什么？”

在这样的情形下，当招生委员会不顾一切想方设法区分候选人时，它传递给学生的信息很清楚：你得有引人注目的地方。你得有一个钩子。

从我十年前担任独立入学顾问和 IB 咨询员工作开始，我就把这个钩子看成是成功申请的基本工具。这就是为什么每次我给学生做讲座、在家长会上发言或与学生一对一辅导时，我都苦心琢磨一个主题：发现你的钩子！在过去的几年中，我的数百名学生都听到并留意了这个信息。他们努力寻找到钩子并在他们申请资料的每一页上都加以包装，以期得到招生方的认同。

《大学钩子》将为你提供同样的信息和包装工具，增加进入你所选择的最理想学校的机会。这些包装秘诀在某些方面并不真的神秘：机智的高中指导顾问和独立咨询顾问们已与他们的学生分享了多年。现在，即使你无法得到面对面的指导，你手中握有的这些包装秘诀也可以为你铺平成功申请的道路，并获得同等命中的机会。

在阅读时请记住，《大学钩子》旨在与你这位未来的大学生直接对话，就好像我们面对面坐着进行一系列的咨询会谈。此外，你的父母、祖父母、导师以及校方专业人员通过提出问题、给出建议和评估书中介绍的一些方法也可以并且应该参与到这个对话中来。最好的方法是，父母应当利用《大学钩子》作为工具来为他们的孩子担负起大学

入学独立顾问的角色。

最后,你应该发现学习如何包装你的钩子不仅仅是为了赢得大学招生委员会的青睐,它更是建立自信、发现自我的灵感工具。

所以现在,请你翻过此页开始体验钩子的力量吧,这个力量将令你在通向大学录取的道路上轻松驾驭——而且,它还有更为神奇的魔力。

目录

导言：强有力的大学钩子策略 1

第一部分 发现你的钩子 1

第一章 钩子的力量 3

第二章 有用的钩子 11

第三章 打造一个钩子 15

第二部分 十大大学钩子 27

第四章 体育钩 29

第五章 国际钩 34

第六章 音乐钩 39

第七章 政治钩 45

第八章 技术钩 51

第九章 人文钩 56

第十章 科学钩 62

第十一章 写作钩 69

第十二章 戏剧钩 76

第十三章 多元文化钩 82

第三部分 包装你的钩子 87

第十四章 你的大学申请营销计划 89

第十五章 鼓吹你的钩子 98

第十六章	发挥简历的能量	104
第十七章	编织你的文章	121
第十八章	考出高分	145
第十九章	考好平时成绩	152
第二十章	包装汇总	158

第四部分 推销你的钩子 167

第二十一章	向大学推销你的申请包	169
第二十二章	准备一流的面谈	176
第二十三章	让录取有声有色	183
第二十四章	获得教练的支持	189
第二十五章	应对候补名单	195

结束语	从求学到自信	203
-----	--------	-----

附录 A	自述短文范文	205
------	--------	-----

附录 B	补充文章和信件范文	248
------	-----------	-----

参考文献	278
------	-----