



推开 美国名校的大门

★ OPEN THE DOOR TO ★
TOP USA UNIVERSITIES

本科留学指南

李刚 林然 编著



中国铁道出版社

CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

推开 美国名校的大门

★ OPEN THE DOOR TO ★
TOP USA UNIVERSITIES

本科留学指南

藏书

李刚/林然 编著



YZLI0890122273

中国铁道出版社

CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

推开美国名校的大门: 本科留学指南/李刚, 林然编著.
—北京: 中国铁道出版社, 2012. 1
ISBN 978-7-113-13792-2

I. ①推… II. ①李…②林… III. ①留学生教育—概
况—美国 IV. ①G649.712

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 222596 号

书 名: 推开美国名校的大门: 本科留学指南
作 者: 李刚 林然

责任编辑: 王淑艳 电话: 010-51873457 电子信箱: wangsy2008@sohu.com
封面设计: 大象设计
责任校对: 张玉华
责任印制: 李 佳

出版发行: 中国铁道出版社 (100054, 北京市西城区右安门西街 8 号)
网 址: <http://www.tdpress.com>
印 刷: 三河市兴达印务有限公司
版 次: 2012 年 1 月第 1 版 2012 年 1 月第 1 次印刷
开 本: 700 mm×1 000 mm 1/16 印张: 14.5 字数: 208 千
书 号: ISBN 978-7-113-13792-2
定 价: 30.00 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社读者服务部调换。

前言

毫无疑问，从 20 世纪到 21 世纪，美国都会是世界第一教育大国，不管是大学的数量，还是大学的世界排名；不管是对政治、经济、文化和科技的影响力，还是其灵活多样的教育理念；或者是大学毕业后的学历光环等，无论从哪个方面说都没有另外一个国家能与其匹敌。因此众多中国青少年涌向美国接受教育也就不足为奇了。

在经历了 9·11 之后长达四五年的签证冰封期后，从 2005 年开始，中国学生又再次掀起了前往美国留学的热潮，并且迄今为止，愈演愈烈。只是在中国留学大潮中，与 2005 年之前中国前往美国留学生主要以攻读研究生不同，近年来，中国国内高中毕业后去美国读大学本科的学生比例越来越高，甚至前往美国读中学，走曲线进常青藤的中国少年呈每年 20%~30% 的上升趋势，仅以中国上海的美国中学入学考试 (SSAT)^① (在中国也俗称为“小赛达”，是申请美国顶尖私立中学必考科目之一，相对于英语能力测试的 TOEFL^②，SSAT 更偏重于专业和智力的考察) 考点为例，2010 年考试人数，据不完

① 美国中学入学考试 (Secondary School Admission Test, 简称 SSAT)，适用于美国、加拿大私立中学的入学，是申请者所必须具备的一个考试成绩。主要测量学生的数学、语文以及阅读理解能力，考查考生的逻辑思维和发展潜力。SSAT 考试分为高级 (Upper level) 和低级 (Lower level)，前者针对就读 8 至 11 年级的学生，后者针对就读 5 至 7 年级的学生。

② The Test of English as a Foreign Language, 简称 TOEFL，是由美国教育测验服务社 (ETS) 举办的英语能力考试，全名为“检定非英语为母语者的英语能力考试”，中文音译为“托福”。TOEFL 有三种，分别是：Pbt—paper based test 纸考 677，Cbt—computer based test 机考 300，Ibt—internet based test 网考 120，新托福满分是 120 分。TOEFL 考试的有效期为两年。

全统计也已经超过 4 000 人。

不过美国大学本科与研究生的申请程序，虽然有一定的相似之处，如录取的体系和理念，但在具体的考试和申请程序中却有很大差异。而中国绝大部分学生对如何申请美国本科不太了解，一些相关的知识也往往只是来自一些培训机构的老师，或者一些以推广美国并不算一流大学的留学机构的咨询顾问，这样的结果就是很多有机会、有能力进入美国一流大学的中国学生，只进入了一些二三流甚至“克莱登”类型的大学。

由于中国异常庞大的学生人数，以及官方管理模式，中国的初中升高中和高中升大学也都体现了中国特色的计划模式。每年的 6 月，就是近千万中国青少年决定未来命运的考试。而这一次考试的分数往往也就决定了一个人一生的方向。

而美国的本科入学模式与中国完全不同，学生需要在申请之前完成多项美国大学需要了解的项目，比如体现自己特点或者申请短文 (Essay)，往往需要提供中学最后三到四年的成绩单 (Transcript) (无论如何，三到四年的成绩单也要比高考的成绩单更足以体现一个人的学习能力、做事的恒心、毅力等因素吧)，相关师长的推荐信 (Reference) (而这些推荐信也往往包括全面的介绍，比如学生的性格、学习成绩、中学的活动和其他方面的介绍等)，以及达到或者超过要求的 TOEFL、SAT^① (中国俗称为“赛达”考试，是美国 TOP100 的综合大学以及 TOP50 的文理学院申请必须的考试)，部分美国大学也接受另外一种美国的“高考”——ACT 考试成绩等，目前中国也已经有了美国大学入学考试 (ACT)^② 考点。

① 学术能力评估测试 (Scholastic Assessment Test, 简称 SAT)，由美国大学委员会主办，SAT 成绩是世界各国高中生申请美国名校学习及奖学金的重要参考。

② 美国大学入学考试 (American College Test, 简称 ACT)，ACT 考试与 SAT 考试均被称为“美国高考”，与 SAT 不同，ACT 考试更像一种学科考试，它更强调考生对课程知识的掌握，同时也考虑到了对考生独立思考和判断能力的测试。从难度上看，ACT 考试比 SAT 更容易一些，尤其对中国的考生来说，选择 ACT 考试可能更容易在短期内获得相对满意的成绩。

美国的申请制度体现在申请信息多，考察的因素全面，因而学生对于某个大学的了解也通常会更深刻。这种申请体系对于学生来说无疑更加合理和全面。因为并非每一个优秀的孩子都一定是学习成绩好的孩子，甚至在很多美国大学的招生理念中，“学习成绩出色”和“个人优秀”之间没有什么必然关系。2010年中国北京某高考状元申请十余所美国顶尖大学，全部被拒的事情，也在一定程度体现了这一点。

而从另外一个方面，美国名校入学体系的复杂性，也让适应了一刀切模式的很多学生和家长头疼不已，一方面这些家庭希望让孩子去美国一流大学留学，另一方面却对美国教育和申请摸不着头绪，而不得不求助他人。这也让中国的留学机构得到了快速发展的机会。

因为美国以及英国的一流大学（澳大利亚和加拿大的大学我们暂时忽略，因为这些国家的大学更加倾向于商业化的海外招生模式，并且坦率来说，包括澳加在内其他国家的最好的大学，还远远无法和美英的顶尖大学相提并论）录取率极低，而申请的学生都非常优秀，但申请人数往往五倍十倍于被录取的人数。这些好大学根本不需要任何的中介或者代理机构帮助他们招生。相反，这些大学都对学生自己的申请往往更加青睐。很多一流大学录取委员会的老师问到一个问题，如果一个申请人连申请都无法自己完成，怎么可以让别人相信他（她）可以独立完成更复杂的学习和生活呢。申请竞争的白热化也让申请难度加大，而申请材料的制作也更需要专业升学顾问的精心指导。

而海外许多原先不知名的大学也在追逐高昂学费的驱动下，越来越加强了在中国的商业推广，并且对招生代理往往许以高额佣金。而且相比一流大学的申请，这些大学往往根本不需要制作很复杂的申请材料，通常都是提供学历证明和成绩单，即可轻松在一两周内获得录取。

在美国等发达国家，也有类似的教育咨询机构帮助学生进入顶尖大学。不过美国的这个行业，通常称为“升学顾问”，也完全不同于中国的留学中介。它是以帮助每个学生如何规划、提升学生的个人竞

争力，以期达到名校青睐的高端咨询行业。中国留学中介力推的“合作院校”这个词语在这里是没有任何市场的。

我们在过去 10 年从事美国和英国高端名校留学咨询的过程中，碰到了很多被“机构”和“专家”断言只能进入美国二三流大学的孩子。在我们的鼓励和“怂恿”下，很多人都重新开始努力，相信这是他们改变自己被人贴了“差等”标签的机会，并且凡是坚持下来的孩子，都毫无例外，最终成功进入美国或者英国的一流大学，这些大学在国际上排名都是前 100 名的。考虑到中国目前也只有清华北大等一两个排名可以进入全球百强名校名单的大学，其实这些孩子已经实现了自己人生的飞跃了。但遗憾的是，也有很多孩子经历了一两次考试的失败或者稍微一努力没有达到目标就放弃了。

本书希望能通过对美国名校申请体系的详细介绍，向正在或者将要去美国名校读大学的中国学生介绍一条可以参考的道路。对于动手能力强的学生，甚至完全可以通过自己的努力，完成整个留学申请的过程。

我们将与各留学机构合作，陆续出版加拿大、英国、法国、澳大利亚、日本、新加坡、德国、新西兰、韩国等本科留学指南，届时请关注。

目录

CONTENTS

前言 / 001

上篇 美国名校本科申请全攻略 / 001

第一章 留美有理 / 003

第一节 了解美国的大学教育 / 003

第二节 留学美国时间路线图 / 025

第二章 申请预备式 / 033

第一节 美国名校录取要素分析 / 033

第二节 美国名校申请自我评估 / 054

第三节 美国名校留学规划和准备 / 057

第三章 申请进行时 / 066

第一节 选择大学 / 067

第二节 文书准备 / 073

第三节 面试 / 085

第四章 申请完成时 / 090

第一节 应对美国签证 / 090

第二节 行前准备 / 112

第五章 他们成功了——美国名校留学成功案例与专家评述 / 117

第一节 挑战常青藤 / 117

第二节 抢占一流大学 / 157

下篇 美国留学新生全攻略 / 159

第六章 校园初体验 / 161

第一节 解决住宿 / 161

第二节 新生报到 / 167

第三节 身份证明 / 169

第四节 理财 / 171

第五节 通信 / 179

第六节 学而有道 / 182

第七章 我的大学我做主 / 188

第一节 精彩社团 / 188

第二节 勤工俭学 / 192

第三节 省钱有方 / 197

第四节 有病不愁 / 201

第五节 穷游之乐 / 204

第六节 异国假日 / 212

第八章 奔向前程 / 220

第一节 假如留在美国 / 220

第二节 留学生创业实录 / 222

上
篇

美国名校本科申请全攻略

第一章

留美有理

中国和美国的教育有一个小差异，在中国学生面临选择大学或专业的时候，学校里并没有专业的、全面熟悉各个大学和专业的“升学顾问”来为学生提供免费、有效的建议。而几乎美国的每个中学都有这样的专业人士。当然，虽然美国中学的规模一般比中国的中学要小很多，尤其是一些顶尖的私立中学，可能全部学生加起来不过几百人，可能比中国一个年级的人数还要少。因此，在如何选择大学这一点上，中国和美国学生处境截然不同。

列举这一点并非建议所有希望去美国读本科的学生首先选择美国中学，只是借此指出，美国教育体系和理念中的这种个性化的关怀，恰恰是中国教育所缺少的核心内容之一。而在美国，这种对于学生个性化的重视、鼓励和关怀是从小学到中学并一直延续到大学的。

美国的留学，尤其是去美国读本科，并不是毫无风险的，但是留学美国的最大价值，恰恰就在于美国大学教育相比较中国的大学教育而言，更注重学生个性的发展，更看重能力的培养，更强调学生心态和校园文化的建设。

大学四年，本该就是人生最美好的一段时光，而不该再是填鸭教育，应试教育的延续了。更不该是摧毁和消磨年轻人自信和希望的阶段了。仅此一点，美国的本科教育就值得我们考虑。

第一节 了解美国的大学教育

对于希望前往美国留学的孩子及其家长，即使不是因为语言问

题，无法了解海外大学的真实情况外，也往往因为信息的问题而烦恼。当然，问题并非得不到相关信息，而是此类信息实在太多了，简直让他们无从选择。所有的学校现在都有了自己的官方网站，上面有学校各方面的详细资料，而且网络也有大量的被翻译过、却真假难辨的信息。

但是无论如何，每个有留学计划的孩子和他的家长，都必须尽可能通过每个大学的官方网站获得第一手的信息，更多地了解美国的大学教育。

美国有近 4 000 所大学，有许多种不同的分类方法，详见下文。

公立大学和私立大学

按照学校的所有权来区分，美国大学可以分为公立大学与私立大学两大类，区别在于控制学校的主要机构是政府还是私人团体。但是这两类大学在办学方面上通常没有区别，主要的区别是在经费来源的差别上。前者的主要经费来源有政府划拨税款，以及政府一些研究项目的拨款。后者则除了学生学费之外，主要还是来自于私人财团、企业、校友会的捐赠款项。

当然，现在实质上二者也经常有交错的部分，如许多公立大学也会有民间财团的捐款，而政府也常对许多私立大学的一些研究实力突出的项目进行资助拨款等。

公立大学学费通常要比私立大学便宜很多，尤其对本州学生的收费要比对外州和外国学生的收费更为便宜。因为公立大学的主要经费来源之一是所在州居民所缴纳的税款，所以对本州居民子女也会提供相适应的教育福利。如果有一个学生的背景被界定 “In State Tuition”，表示他（她）可以享受州内学费标准。

但是尽管学费昂贵，就学术实力和学校声望而言，私立大学却要胜于公立大学。目前美国 TOP20 的大学（根据 USNews 的美国大学的综合排名，如以下没有特殊声明，都是列举 USNews 排名），公立大学唯一一个可以列入的就是加州大学伯克利分校，其余全部是私立大学，美国 TOP50 的综合大学，私立大学占到约 70%，美国 TOP30

的文理学院全部是私立大学。私立大学尽管学费昂贵，但学校却在教育质量、学术研究、校园设施以及校园生活等各方面下工夫。尤其是一些资金实力雄厚的大学，如哈佛大学、耶鲁大学、普林斯顿大学等，更是公开声明绝不会让任何一位被录取的本科学生因为经济原因而无法就读。并且学校也有完善的资助体系帮助经济上有困难的，或者学术优秀的学生通过资助完成学业。

另外，考虑到资金来源，公立大学必须照顾到本州学生的利益。有的大学招生时候，本州学生必须占到一定比例。因此对本州学生的条件上就可能放松，而对于州外和国际学生可能因为名额限制就会更加苛刻。而私立大学可以根据自己的教育理念和财政状况，以更严格的标准来决定录取学生的来源和人数。尽管很多大学因为保持校园文化多样性，也会对各种群体的候选人设立一定的录取比例限制，但是整体来说，录取的自由度要远远大于公立大学。

另外一个和中国模式不同的地方在于，美国的高等教育实行地方分权制度，宪法不允许美国联邦政府直接管理美国的高等学府，教育管理权利属于各州及地方政府。教育部的主要职责只是管理联邦政府对各级教育机构的援助计划及对学生经济资助和贷款计划。因此美国大学，无论是私立还是公立，在行政管理、任命教授、课程设置、招生、筹集和分配经费，以及学术思想等方面均享有充分自由。

综合性大学、文理学院、社区学院

按照大学提供的不同学位项目，美国大学可以分为综合性大学（一般命名为 University）、文理学院（Liberal Arts College），还有社区学院（Community College）。

综合性大学（Universities）

综合性大学，既有私立也有公立大学。通常都是专业齐全，学位项目则提供从本科、硕士一直到博士的多种学位项目。一般学校规模庞大，人数众多。大的学校甚至高达五六万人。综合大学一般划分为几个学院，通常有商学院、法学院、医学院、工程学院，此外还有和

各个专业领域学院有交错关系的本科部和研究生院。

以哈佛大学和耶鲁大学为代表的常青藤盟校，也是美国综合性大学的杰出代表。

美国道琼新闻社以 SAT 成绩和学生申请通过率等因素，制定了“道琼大学申请安全指数”，作为学生申请大学的指导。其中，有一类学校被称为“新常青藤联盟”。它们常常是优秀学生申请“常青藤联盟”学校时的候补之选。也就是说，在美国学生的心目中，如果上不了著名的“常青藤联盟”大学，这些学校就成为首选。这些学校申请的通过率是 22%~34%。

这些学校包括：杜克大学（北卡罗来纳州）、乔治城大学（华盛顿特区）、约翰·霍普金斯大学（马里兰州）、纽约大学（纽约市）、西北大学（伊利诺伊州）、波摩那学院（加利福尼亚州）、莱斯大学（得克萨斯州）。

文理学院 (Liberal Arts Colleges)

文理学院大部分是私立的，尤其是排名前几十名，更是难觅公立大学踪影。中国学生和家长一直都不太了解美国的文理学院，更有很多人把文理学院和中国的一些因为学术实力达不到教育部要求而无法设立研究生课程的二本本科大学相提并论。

这种看法其实是错误的。在文理学院中，不仅有很多教学质量非常高的好大学，其中文理学院的顶尖大学更是常常被拿来和哈佛、耶鲁、斯坦福等世界顶尖大学相比较的。美国 TOP10 的文理学院，其申请难度，往往也不比申请这些顶尖综合性大学容易。

文理学院的学生人数一般在 2 000 人左右，大学的教学重点放在了本科教育，通常会淡化专业，而更重视能力、素质以及学生个性的培养。绝大部分文理学院只颁发学士学位 (Bachelor's Degree)，只有少部分文理学院颁发硕士和博士学位。

关于文理学院的介绍，曾在美国顶尖文理学院 Bowdoin 任教多年的沈睿老师曾写过一篇文章，这篇文章是对文理学院最全面和深入的介绍。

最好的大学教育——美国大学的自由教育文理学院

美国的大学，从教学的体制上看，基本上有三类：大学（四年大学学制以及研究生院，授学士、硕士和博士学位）；自由教育的文理学院（四年大学学制，只授学士学位）和社区教育学院（两年制，授结业证书或转学的副学士学位）。第一类的 University，在某种意义上是与中国的大学有些相似的综合性大学或理工大学。这种大学通常有数千到几万学生不等。大学除了文理学院外，还有商学院、工学院、新闻学院、法学院，或者其他的“职业性”的学院。在中国最知名的美国大学，比如，哈佛大学、耶鲁大学、普林斯顿大学、加州大学伯克利分校等，都是这类大学。虽说这类大学的学科设置和学生情况很不一样。University 有公立或私立之分。一般来说，私立大学，由于历史悠久，资金来源广，教授水平高，等等，学校质量总体上看似乎比公立的要好。当然，也不完全如此，比如加州伯克利就是公立大学，也是公认的好学校之一。但是好学校不见得一定事事好，通常这种好是某个科目的研究生教育领先才被认为好的。有的普通学校的某一个系或专业的研究水平也许是全国内水平相当好的。比如，加州伯克利的中国文学的教授和学术成就不见得比俄勒冈大学好，虽然俄勒冈大学排名上远不如伯克利。但是，俄勒冈大学中国语言文学专业有五位终生职教授，从事从古到今中国文学的研究。而伯克利在这个专业领域，从师资力量上看，并不能跟俄勒冈大学的比。我的一个好朋友就是上了伯克利之后，又转学回来了。

在大学教育阶段，综合性大学的许多课程，都是由研究生教的。特别是最初两年的大学普通教育课程，基本都是助教教书。而且课程长，学生很多，上百甚至上千的学生的课不是罕见。学生往往都与教授没有接触。因为研究生要靠教书来挣自己的奖学金，因此，研究生做大学老师的老师，造成很多有名的大学的大学阶段的教育并不一定是出色的。我认识的一个学生告诉我，他在伯克利大学的头两年没见过一个教授，他甚至连自己的指导教授也没见过。大学教授们被自己的研究压力压迫，也实在顾不上教大学生。因此，在综合性大学里，大

学教育当然是很重要的一部分，但是，大学的教育比不上研究生教育。

全力以赴关注大学教育并以出色的大学教育为己任的，在美国，是自由教育的文理学院（Liberal Arts College）的根本宗旨，因此，美国最好的大学教育通常是在这样的学校里进行的。在中国，这种规模小的、自由教育的文理学院好像不太引人注目。学院这两个字在中国似乎有点落伍。中国过去称作学院的大学好像都摇身变成大学了。比如，过去的中央民族学院，北京邮电学院，这些学院都在我家附近，从童年起我就叫他们为学院，至今还经常说漏嘴，早就都管自己叫大学了，好像叫学院就低一等一样。当然这种学院和美国的 Liberal Arts College 原则上是不一样的。Liberal Arts College，中文的翻译通常是人文学院。我不久前在“世纪中国”网站上看到在耶鲁大学薛涌的文章，介绍美国的教育体制，他也翻译成人文学院。他的一系列关于美国和中国教育改革的文章对我都很有启发。可是我觉得他把 Liberal Arts College 翻译成人文学院是一种误译。误译的原因是对自由教育的文理学院的教育哲学的误解。我自己以前在公立的大学读研究生，后来在私立的自由教育的文理学院教书，工作中逐渐明白他们的相同与区别之处，体会到不同的教育哲学思想对大学体制设置的意义。实际上，2001 年我到自己任教的宝盾文理学院后，才逐渐意识到自己在美国待了这么多年，对自由教育的文理学院的教育哲学一无所知。那年我开车穿越美洲大陆，从西海岸到缅因州任教，一路游山玩水，自以为在公立教书的经验我都准备好了。到了宝盾学院，在工作中我越来越对大学和学院的区别有体验，意识到我们是多么容易地想当然。也许真理是，我们只能理解我们经验所能允许我们理解的东西，超出我们经验之外的东西，我们是很难理解的。难怪人生的主要任务之一就是读万卷书，行万里路呢，只有具体的经验才能使抽象的经验获得实际的意义。

为什么不能把 Liberal Arts College 翻译成人文教育学院，而翻译成自由教育文理学院呢？我认为人文教育这个词在这里似乎是不确切的，不能表达这类学校的教育哲学和宗旨。因为 Liberal Arts 并不