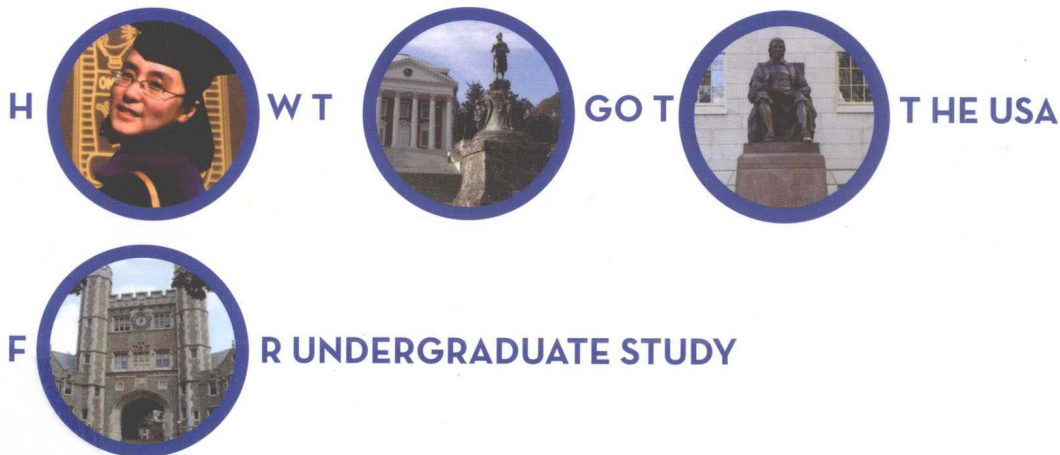


怎样到美国读本科

杜芳 / 著

本书作者杜芳博士拥有
九年在美两所大学管
理本科生的实践经验，
她写作本书的宗旨是要
给想到美国读本科的中
国学生和家长们设计一份
可以按图索骥的蓝图。



怎样到美国读本科

HOW TO GO TO THE USA
FOR UNDERGRADUATE STUDY

杜芳
/
著

中国青年出版社

(京)新登字083号

图书在版编目(CIP)数据

怎样到美国读本科/杜芳著. —北京:

中国青年出版社, 2012.3

ISBN 978-7-5153-0577-6

I. ①怎… II. ①杜… III. ①留学生教育—概况—美国
②高等学校—介绍—美国 IV. ①G649.712.8

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第023739号

责任编辑: 彭明榜

装帧设计: 孙初+林业

中国青年出版社 出版 发行

社址: 北京东四12条21号

邮政编码: 100708

网址: www.cyp.com.cn

编辑部电话: (010) 57350506

门市部电话: (010) 57350370

三河市君旺印装厂印刷 新华书店经销

700mm×1000mm 1/16 16.5 印张 189千字

2012年3月北京第1版 2012年3月河北第1次印刷

印数: 00001—12000册

定价: 28.00元

本书如有印装质量问题, 请凭购书发票与质检部联系调换

联系电话: (010) 57350377

留学美国，成就人生

胡敏（新航道国际教育集团总裁兼校长）

“每一代留学生都有自己不同的使命。”读到杜芳的这句话，我停顿了下来。在我看来，只有身在异国他乡却依然心系祖国的留学生才能有如此灼见。

的确，每一代留学生都有自己不同的使命，每一代教育工作者都有自己不同的责任，而本书作者杜芳既肩负着留学生的使命，也肩负着教育工作者的责任。对于我，她不仅仅是曾经的一名学生，更是一位教育同路人。

作为老师和长辈，我不知道该如何确切地评价杜芳。因为在一个老师的眼中，一位真正优秀的学生不仅仅体现在学业上。早在国际关系学院读研期间，杜芳就是一个非常优秀的学生，她追求知识与人生的执着精神让人钦佩，这也为她后来的教育生涯打下了坚实的基础。后来，她到英语培训机构授课，课堂上充满激情，对学生充满爱心，这两者恰是一名教育工作者最应具备的。此间，她凭借自己的努力成功申请到美国明尼苏达大学高等教育政策与管理专业攻读博士，并获得全额奖学金。博士毕业后，顺利进入美国蒙拓优宁大学（University of Mount Union）从事教育管理工作。从在美国读博士到在美国的大学从事高等教育管理工作，从自身成功留学美国，到深入了解美国高等教育

体制，再到帮助众多中国学生成功赴美留学……正是因为有了这些难得的学习和工作经历，才有了本书的诞生，也才使得本书有了分量！

一如作者自身的求学之路，本书少了一些条条框框，多了一些现身说法，少了一些高谈论阔，多了一些实例分享，少了一些华丽雕琢，多了一些朴实本真。这也许就是教育者应有的姿态：饱含学识而不失谦卑，学融中西又能避虚就实。从中国学生为何选择赴美留学到如何择校、如何申请、如何学习、如何留学成功并顺利走向社会，本书将给予有志于到美国读本科的青年极大帮助，使他们少走弯路。它是陪伴留学青年求学生涯的枕边书。

这是一位留学生对于留学使命最朴素、最真实的诠释，是一位留学“先行者”为学弟学妹们准备的最好礼物，也是一位从教者对学生之爱的最好证明。教育之德因代代传递而生生不息，杜芳的这一份良苦用心乃因其使命感与责任感而生！

作为一名老师，我为有像杜芳这样优秀的学生而自豪。作为一名教育工作者，我为这个世界上又多了一位杜芳这样的同事而欣慰。我相信，越来越多的优秀青年将走出国门，去接受更具国际胸怀和视野的教育，而这本书无疑将帮助那些有志青年实现梦想。同时，我也坚信，正是有了这种教育的爱心与奉献精神，越来越多的优秀留学生将会为后来者铺开越来越宽广的求学之路，从而开启成功人生的大幕！

前 言

这本书是为国内对高考和本科教育感到困惑的那些学生和家长写的。如果你对频繁考试、每月排名次的高中生活感到迷惘；如果你回望几年的高中生活，自问除了考卷和教科书上的标准答案外，不知学到了多少真正的知识，不知道那些知识如何应用，想不起来从学习中得到多少快乐；如果你对本科学习感到失望，在大学里只见到了若干漂亮的男生女生，却没有见到令你信服，给你指点迷津的“白发的先生”；如果你对毕业后的前景没太多信心，感觉自己还不能成为真正的“国际化人才”……那么，这本书也许会给你提供一些新的思路。

这本书是为那些正在犹豫不决，不知是否应该赴美国攻读本科的学生和家长写的。到美国拿一个本科学位也许对你只是一个很抽象的概念。美国的本科教育和中国的本科教育到底有什么本质的差别？本科留学和研究生的留学经历有何不同？本科留学的所有付出是否值得？中美两种教育制度下培养出来的人才在新世纪成功的概率到底如何？这本书的第一部分将提供一些答案。

如果你已经有了本科出国留学的愿望，但是不知具体该如何操作才能被好的本科学校录取，争取到优厚的奖学金，那么，这本书的第二部分将指导你选择适合自己的学校，第三部分将详细分析成功申请

的几大要素，如个人简历、申请论文、推荐信等等。

这本书更是为那些已经取得赴美签证，准备启程到美国攻读本科学历的留学生写的。也许你感觉拿到录取通知书、取得赴美签证已经是得偿所愿，大事已成。殊不知登上飞机的那一刻，才是真正的考验的开始。美国高等院校的本科教育，一直是本着宽进严出的准则。毕业率保持在60%左右。这个数据并不能单纯用美国本科生太笨或太懒来解释，很大一部分原因是由于美国高校严谨的育人态度、不肯通融的治学精神所致。现在赴美攻读本科学位的中国学生，还属于先行者，只有少数才能获得奖学金的资助，大部分是靠家庭支持。十八九岁、20刚出头的年轻人，背负着父母家人的殷殷期望，从中国到美国，从故乡到异乡，不仅要面对不同的语言、不同的教育体制、法律体制和医疗制度，还要忍受文化的差异、饮食的不适，还有乡愁或相思的折磨。成功者有之，半途失败而返的也不在少数。在本书第四部分里，将通过一些真实的案例与你分享在美国读本科成功的秘密以及一些失败的教训。

“读万卷书，行万里路”是古训，在21世纪的今天仍是颠扑不破的真理。敢为人先有时要付出代价，但若是成功就有傲视同时代人的资本。我写这本书的目的就是要总结我过去9年来在美国两所大学管理本科生的经验，把我的所见所想写出来，让到美国本科留学的学弟学妹们少走一些弯路，多一些成功的机会。请注意，我说的不仅仅是要拿到录取通知书，取得求学的资格，我更希望能通过这本书教会学弟学妹们在4年的本科学习中，最大程度地利用好学校的各种资源，得到情商和智商的最大发展，成功拿到本科学位，并为申请研究生院或者找工作做好准备。

写这本书的另一个目的是感谢师恩。当年在国内读研究生的时候，幸得胡敏老师为导师，引我进入教育管理这一行，我徜徉至今，

乐不知返。胡师母典雅善良，我当年寒假在学校闭关写论文的时候，多次承蒙她的饭菜之请。师恩深厚，山高水长。如果本科赴美留学的学弟学妹们能凭此书，多一些学术上的参考，早一点实现文化上的交融，那就请替我向我的恩师们道声“谢谢”。

其实，我本人在某种程度上可以称得上是一个先行者。当年我赴美留学攻读博士，就选择了非常冷门的高等教育政策与管理专业。3年后当我取得博士资格，需要找工作时，发现美国高校的中高管理层里外国人可谓是凤毛麟角，大部分外国人都在做助理教授或教授，专注研究与教学。可是，我立志要做一名高校的高层管理者。我没有前人的经验可以借鉴，当年找工作时的惶惶然现在想来已不足为外人道。我成功地找到了理想的工作，付出了先行者的代价，也得到了先行者的补偿，正一步一步地在靠近我的梦想。

这本书的宗旨就是要对留美本科4年进行规划，为学生和家长设计一份蓝图。读者可以按图索骥，高效率高质量地度过4年求学的时光。在内容上，本书不仅有理论性的阐述，还有近100名从国内赴美本科生亲身经历的启示。每一个总结都有理论或数据的支持，每一个故事都是同龄人在异乡经历的缩影。蓝图可以帮你规划，别人的启示可以助你成长。但是，真正的实践者还是各位学弟学妹自己。请记住：个人的努力才是无可替代的、成功的最大保证！



目录
CONTENTS

留学美国，成就人生/胡敏/001

前 言/003

为什么要到美国读本科

本科留美的理由/012

美国本科教育与国内本科教育的不同/019

你是适合本科留美的学生吗？/029

案例分析：查尔斯的良师益友/035

案例分析：一场由女朋友引发的牢狱之灾/039

如何选择最适合自己的本科学校

美国高校的排名制度/044

几个比较另类的排名/051

如何选择最适合自己的本科学校/060

如何区别美国的正规大学和“野鸡”大学/066

案例分析：三个不同的选择/072

案例分析：选错学校入错行/079

怎样才能申请成功

申请留学的几个重要入门问题/086

申请过程中学习成绩的重要性/093

通过课外活动和义工展示自己的综合素质/097

如何通过个人申请论文(Personal Statement)展示自己/105

如何准备个人简历 (Resume) /112

关于推荐信的建议/117

关于奖学金和助学金/125

四篇个人申请的全文、译文和点评/130

案例分析：打工赚钱的七种武器/144

案例分析：一笔大额奖学金和一个不大不小的遗憾/153

如何做到四年毕业、成功考研或找到工作

人在旅途：关于行李携带、入关的文件和手续以及接机的有关事项/158

选择专业科系/165

与学术辅导员和教授良好互动/174

课堂外学习：建立人脉并培养综合素质/179

困难时刻与安全因素/186

感恩节、圣诞节和中国春节/192

怎样和室友相处/203

案例分析：三年搞定学位，两个月找到工作/206

案例分析：被骗走的4715美元/210



目录
CONTENTS

附录

2011年夏天《福布斯》全美大学排行榜/214

美国新闻和世界报道2012年度全国文理学院排名前100名 /238

美国新闻和世界报道2012年度全国综合大学排名前100名 /242

各类学校2009~2010年SAT/ACT考试平均成绩一览表/246

美国对国际学生提供优厚奖学金的大学列表/252

后 记/258



为什么要到美国读本科

本科留美的理由

是否要在本科阶段出国留学？美国的本科教育和中国的本科教育到底有什么本质的差别？本科留学和研究生的留学有何不同？

对于这些问题，我的回答是：如果条件允许的话，在本科阶段出国留学有很大的优势。主要原因有以下五点：

第一，通才教育和素质教育

所谓的“通才教育”(General Education)，指的是让学生在四年本科的时间里不仅选修专业课程，也要选修最基本的人文、数理、音乐、美术等课程，让文科生掌握若干科学和数学方面的知识点和思维方式，让理科生也具有一定的人文素养。总而言之，让每个本科生都在一定程度上达到“文理兼修”。

举一个大家最熟悉的“文理兼修”的例子，就是苹果公司的总裁乔布斯。他主持设计并生产的苹果系列产品不仅在技术上不断创新，还引领了新一代工业美学的潮流，让无数“苹果迷”竞折腰。乔布斯就是“通才教育”的受益者和积极倡导者。

在2005年斯坦福大学毕业典礼上的讲话中，他细述了在其短暂的大学生涯里，如何广泛选修课程，其中包括英文书法课等等，以及这些知识素养如何在几十年后他创造第一台苹果电脑时发挥了决定性的作用。他后来在iPhone第四代的新闻发布会上，对苹果公司作了这

样的评价。

"We're not just a tech company, even though we invent some of the highest technology products in the world," he said. "It's the marriage of that plus the humanities and the liberal arts that distinguishes Apple."（“我们不仅仅是一家科技公司，虽然我们发明了一些世界上最尖端科技的产品。是科技与人文学科以及文理学科知识的结合让苹果公司与众不同。”）

“通才教育”在美国有一百多年的历史，经过几代学者和教育专家的研究和认证，在理论和实践上都达到了一定的高度。最新的当代“通才教育”强调“新生论坛”“实习教育”“本科生科研”等教育理念和实践，并不是简单的选修课程的堆砌。学生如果仅是走走形式，糊弄一下，是很难过关的。

“通才教育”之所以可贵，其核心是“素质教育”（liberal learning）。最新的教育理论证实，只有在本科期间培养出较高的素质，如交流能力、批判性思维能力、团队工作能力等等，才能在毕业后的几十年里不被日新月异的科技潮流和社会变革所遗弃。

美国的本科院校拥有世界上一流的素质教育理论和实践体系——通才教育课程——并且是世界各国竞相学习的样本。美国教育部每年都要接待来自亚洲和欧洲的很多国家代表团，专门传授如何通过“通才教育”模式培养高素质人才的心得。本科阶段是素质教育的关键时期，等到了研究生院，就只能专注于专业知识和技能的培训了。所以说留学不趁本科，更待何时？

第二，面向未来的专业教育

就专业设置来说，美国本科的专业可以说是五花八门，包罗万象，只有想不到的，没有找不到的。举工程学为例子，在美国教育部

的网站上，就罗列了近六十种工程学的专业，包括土木工程学、航空航天工程学、建筑、农业、生物、化学、机械、运输、水资源、电子、食油、海军等等工程学，不一而足。要想查询2010年所有的专业设置，可以到下面这个美国教育部下属的官方网站浏览：<http://nces.ed.gov/ipeds/cipcode/browse.aspx?y=55>

就专业分配来说，近几年本科毕业生名额最多、站稳前四名的专业分别是：商科（会计、工商管理等等），占毕业生21%的份额；社会科学（大众传媒、心理学、犯罪学等等），占全国毕业生9%的份额；健康和保健专业（护士、医学预科等等）占全国毕业生7%的份额；教育专业（幼儿教育、特殊教育等等）占全体毕业生7%左右。就专业增长来说，工程及工程技术、生物科学、健康保健领域和物理专业是近几年增长最快的。这些关于本科毕业生的数据其实就是本科毕业市场的晴雨表和风向标，告诉我们哪些专业是热门的。

美国的专业教育还有一个特点，就是不仅仅向你传授本领域已经被公认的理论 and 知识，更鼓励你应用所学的知识创新本学科还未知的领域。举一个学以致用用的例子，就是在美国本科的很多商学院或商务系，都有一个经营股票投资的学生组织（investment team），由专业老师带队，学校拨款，学生们自主应用课堂上学到的投资理论进行为期一年或半年的股票投资，用虚拟货币或者实际资金投资均可。投资的成果会在全美范围内进行比较和评比，前三名还有奖励。这样教学的效果远比单在教室里侃侃而谈或课下进行散户投资有效得多。

至于在鼓励创新方面，我相信几乎所有的美国本科生都会听到类似的教导：本专业的知识在未来的多少年内就会被更新，你们今天学的知识很快就会过时，所以今天学习的目的是为了获得未来自学的能力，还有终身学习的愿望。教授们都对本科生寄予厚望，而学生们的