

普华
文化

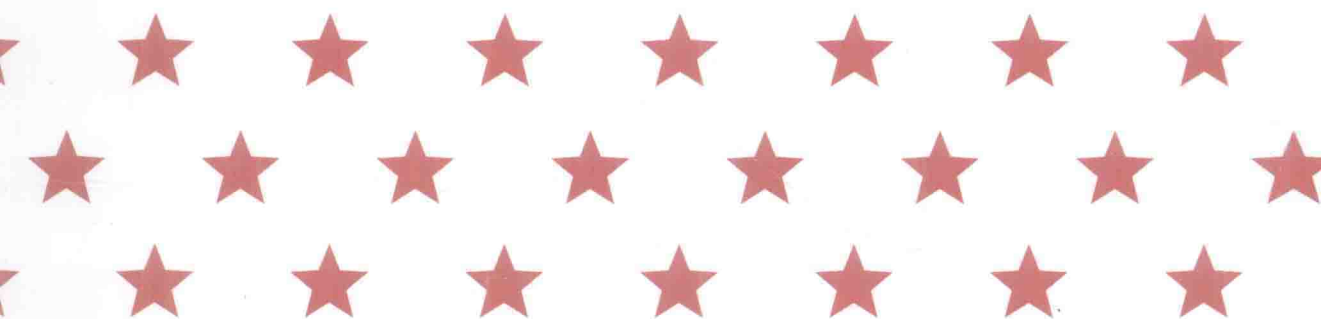
决胜新教育系列

Guideline on American School
& College Application Essay

美国留学

申请文书写作指南 修订版

阙登峰 夏明浩 谭玲◎著



这是一本帮助你迈进心仪美国名校大门的圆梦宝典

根据美国留学签证新政且紧扣最新留美申请文书题目要求
写作理论与写作技巧完美结合

涵盖中学 | 本科 | 研究生 | 全方位留学文书范本



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

决胜新教育系列

美国留学申请文书写作指南

(修订版)

阙登峰 夏明浩 谭玲 著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

美国留学申请文书写作指南 / 阙登峰, 夏明浩, 谭玲著. —修订本. —北京: 人民邮电出版社, 2015. 5
(决胜新教育系列)
ISBN 978-7-115-38846-9

I. ①美… II. ①阙… ②夏… ③谭… III. ①留学教育—申请—英语—应用文—写作—美国—指南 IV. ①H315-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 063195 号

内 容 提 要

随着国际化教育的普及,越来越多的中国学子选择出国留学。美国因其相对完善的教育体制、多样化的教育资源选择以及宽松的留学政策吸引了众多的中国学生,成为全球留学首选国家且连续七年留学人数呈两位数增长。目前,我国已形成了以中学、本科及研究生为主体的三大留美人群。

鉴于我国留美学生快速增长与美国计划缩减中国留学人数的趋势,申请美国学校的难度将越来越大,硬性的 SSAT、SAT、GPA、TOEFL、GRE、GMAT 成绩指标获得留学资格的作用越来越弱;而一套亮点突出、契合学校要求且文字优美的文书可以极大提升招生办对申请人的感性认识,从而大大提高申请人在同等水平候选人之间的录取几率。

本书作者具有多年美国申请文书写作指导实战经验,根据不同阶段申请人的留学需求,总结出一套申请文书写作技巧,并结合丰富的成功文书范例,有针对性地剖析了这些写作技巧在申请文书中的具体应用,手把手教会有意赴美留学的读者写好契合自身特色并能打动招生官的申请文书,成功踏上赴美求学之路。

◆ 著 阙登峰 夏明浩 谭玲

责任编辑 张亚捷

责任印制 焦志炜

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京隆昌伟业印刷有限公司印刷

◆ 开本: 787 × 1092 1/16

印张: 29

2015 年 5 月第 2 版

字数: 300 千字

2015 年 5 月北京第 1 次印刷

定 价: 69.90 元

读者服务热线: (010) 81055656 印装质量热线: (010) 81055316

反盗版热线: (010) 81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

前 言

近年来，随着整体全球化形势的发展，教育市场的国际化也愈加明显，越来越多的国人将子女获得教育资源的目光投向国外，希望他们能够在国外一方面接受更优秀的教育，另一方面也能够开阔眼界。

根据我国教育部 2014 年 11 月发布的《中国留学回国就业蓝皮书（2014）》数据显示，美国、英国、加拿大是中国学生最热门的留学目的地，而美国依旧是其中最热门的一个地区并且远远领先于其他国家。究其原因，一方面是美国拥有常春藤盟校、十校联盟和蓝带高中等享誉全球的名校资源，在几百年的教育发展中更积累了丰富的教学经验，并将最先进的科技融入到教育体系中，为国际学生提供了广阔的留学通道和优质的教育体验；另一方面，美国相对完善的教育体制多样化的教育资源选择以及宽松的留学政策是吸引留学生的主要原因，特别是丰厚完善的奖学金制度也在一定程度上减轻了留学家庭的经济压力，吸引了很多的中国学生。

据 2014 年美国相关权威报告显示，留美的中国学生连续七年呈现两位数增长，2013 - 2014 学年总计达到 274 439 人次，较上一学年增长 16.5%，而 2015 年的增长率仍将继续提高。同时，《留学》杂志的调查分析还显示，2015 年中国赴美留学生将呈现留学年龄进一步走低和高龄访问留学需求剧增的两大特点。这表明中国留学美国人群不仅在数量上不断增长，而且在年龄分布上也在不断扩宽，从 10 岁左右的中小學生到 35 岁以上的各行业中坚力量层都逐渐越来越多地加入到了留学美国的大军中。事实上，2013 - 2014 年度在美读中学的国际学生

人数已达到 41 723 人，同期环比涨幅 14.9%，其中中国赴美读中学的人数增幅速度最快。而对于平均年龄高于 35 岁的访学申请情况，我国国家公派留学人员 2015 年的规划是 2.5 万人，同比增长 17%，自费访学申请人数增幅则超过 40%。

鉴于中国学生的大量涌入，已有专家预测美国将会缩减来自中国的留学人数，申请美国学校的竞争将愈加激烈，国际生的 SSAT、SAT、GPA、TOEFL、GRE、GMAT 等硬性指标要求都将随之水涨船高。2014 年还能够申请到寄宿高中的条件，2015 年也许就必须考虑申请走读高中来缓解录取压力了。在这样的现实情况下，硬性的成绩指标只是帮助申请人成为一个合格的候选人而已；与此同时，由于美国教育体系向来重视学生的综合素质，软素质的考量就显得尤为关键，而这种考量正是从文书中得以实现的。一套亮点突出、契合学校要求且文字优美的文书可以极大提高招生办对申请人的感性认识，从而大大提高申请人在同等水平候选人之间的被录取几率。因此，面对国内考生出众的应试能力，3.8 分的 GPA 成绩、110 分的托福成绩未必能创造奇迹，面对越来越激烈的申请竞争，写好申请文书则成为了申请人从众多“学霸”中脱颖而出获得心仪学校的青睐一个重要手段，尤其是以申请名校为目标的同学们而言更是如此。

然而，大部分中国家庭对于美国留学申请还是比较陌生的，尤其是对于繁重复杂的留学文书工作更可以说是知之甚少。美国学校的申请文书种类繁多，不同学校对文书的要求也各具特点，这就让很多有意赴美留学的学子对如何写好文书产生了极大的困惑甚至畏惧感。而且，在写文书时，我国学生要使用英语这一第二外语同众多母语就是英语的优秀申请者竞争，本身就处于相对不利的地位。文书因此成为了横在广大留学申请人面前的一道沟壑，令人望而却步；更甚者，不慎落水而耽误了留学之路。为了应对这一情况，我们于 2014 年出版了《美国留学申请文书写作指南》一书，在总结我们专业文书团队多年的实践经验的基础

上，独创了文书写作基本理论，总结了通用写作技巧，针对不同的文书类型就写作中的关键事项和要点问题分别给予了翔实的介绍和具体的写作指导。

出版一年以来，我们很高兴收到了很多读者的反馈建议，同时也考虑到上述留学趋势和情况的变动，决定对《美国留学申请文书写作指南》进行修订，以便为大家提供最新的信息和留学美国指导服务。根据2014年的留学相关统计数据，我们可以看到，跟庞大的留学申请人数增长相对的是留学竞争的不断加剧，尤其是美国中学和研究生的申请难度将进一步加大。因此，我们在新版本中重点细化了中学文书准备工作，并把研究生申请按专业进一步进行了细分指导。与此同时，我们还考虑到2015年美国院校的申请文书要求的变动，如本科通用申请文书取消了自选题目并且提高字数上限至650词，对相关的内容进行了调整。值得注意的是，美国院校文书要求的变动也印证了美国院校对申请文书的要求正在进一步提高，各位申请人家庭更加需要重视文书质量在申请中的作用。

除了帮助录取以外，文书对于奖学金的申请同样有着至关重要的作用。通过美国著名升学网站college board公布的“美国大学学费走势”数据可知，美国大学学费一直在不断上涨，因此奖学金的帮助对于广大留学生来说就显得尤为可贵。美国教育系统丰富的奖学金制度一直也是吸引留学生的一个重要因素，而2015年的美国留学政策也显示研究生奖学金、博士生奖学金特别是理工科专业的研究生奖学金发放将持续增长。因此，我们在这一版中加强了关于奖学金申请文书方面的指导。一套优秀的文书能够充分突出申请人的优势和特点，并且针对不同奖学金类型分别体现出申请人相应的教学或者研究的能力；另外可以从实际家庭背景和人生信念等方面阐述申请人申请奖学金的必要性。

《美国留学申请文书写作指南（修订版）》在上一版本的基础上，重点突出了中学文书和研究生文书，特别是奖学金文书的准备工作，同时更新了2015年

最新申请文书题目要求并结合案例进行分析，相信能更好地帮助广大留学家庭创作出完美的留学文书，助力申请。

第一，本书介绍的文书类型全面。我们根据国内考生的留学需求，对留学美国文书进行了分类，文书类型涵盖中学、本科、研究生（文、理、工科）和 MBA 四大类，并对各类文书的组成部分和具体要求予以了详细的介绍和写作的基本思维指导。不同阶段的读者可以选取匹配自身情况的章节进行有针对性的阅读学习。

第二，本书介绍的留美文书写作技巧丰富、实用。本书作者基于丰富的实践经验，总结出了一系列文书写作的方法论，并辅以经典案例，对这些技巧如何在不同文书写作中的应用加以解析。通过理论联系实际的理解方法，可以帮助读者举一反三，学以致用。

第三，本书针对性强，手把手教你写好留美文书。本书按中学、本科、研究生（文、理、工科）和 MBA 四类文书的不同特点，汇集了丰富的成功文书案例，并对每类文书的具体写作思路和方法予以拆解，力求能够使读者依据自身的特点，掌握写好留美申请文书的技巧，顺利踏上赴美留学之路。

通过专业的理论分析、翔实丰富的案例解析和细致的细节指点，本书旨在为广大留学申请人理清思路并且一步一步踏实写好留学文书，跨过文书这一道留学路上的沟壑。在成书的过程中，要特别感谢决胜新教育文书部的专家们，他们将平时工作中遇到的各类学校、专业和申请人归类总结，提炼出了精妙的文书策划理论和写作方法，也积累了大量视角独特的文书实例，为本书的编写提供了素材。此外，檀晓娟及朱宁在本书写作中提了很多宝贵意见，在此一并表示感谢。

由于水平所限加之时间仓促，书中难免仍有不足之处，敬请广大读者批评指正。

目 录

第一章 美国留学申请文书概述	1
第一节 美国留学申请文书的类别	3
一、美国留学申请文书类别简介	3
二、中学申请文书	6
三、本科申请文书	6
四、研究生申请文书	7
第二节 美国留学申请文书的重要作用	8
一、招生官的心态剖析	8
二、招生官在寻找什么样的人	9
三、文书对招生官判断的影响力	11
第二章 文书写作技巧总论	13
第一节 ROI 理论	15
一、关联性	15
二、原创性	16
三、震撼力	16
第二节 DNA 匹配	19
一、留学文书要做 DNA 匹配	19
二、申请人如何做 DNA 匹配	19
三、院校 DNA 分析示例	21
四、申请人如何分析自己的 DNA	29
第三节 USP 理论	36
一、USP 理论简介	36
二、确定申请人的 USP	36
三、打造与众不同的申请人	38
第四节 个人品牌塑造	41
一、品牌的力量	41
二、品牌故事的五种写法	42

第五节	扬长避短的写作技巧	47
一、	偏科型申请人文书写作要点之 80/20 原理	47
二、	弥补型申请人文书写作要点之新木桶定律	49
三、	U 型反转型申请人文书写作要点之 X-Y 理论	50
第六节	留学文书写作步骤	52
一、	申请文书前期准备阶段	52
二、	素材收集整理阶段	53
三、	申请文书写作阶段	55
四、	完善阶段	56
第三章	手把手教你写中学申请文书	59
第一节	成功中学申请文书的要素	61
一、	想象力	61
二、	独特个性	62
三、	个人才艺	64
四、	学术能力	66
第二节	推荐信	67
一、	英语老师的推荐信	67
二、	数学老师的推荐信	73
三、	校长、年级主任或班主任的推荐信	78
四、	其他老师的推荐信	83
第三节	学生问卷	91
一、	学生问卷的内容	92
二、	回答学生问卷的原则	92
三、	具体学生问卷问答解析	96
第四节	家长问卷	112
一、	家长问卷的内容	112
二、	回答家长问卷的原则	115
三、	具体家长问卷问答解析	118
第五节	个人陈述	124
一、	个人陈述的内容	124
二、	完整个人陈述范例与解析	128
第六节	个人展示 PPT 的制作	136
一、	家庭生活	136
二、	校园生活	137
三、	课外活动	138

四、爱好特长	138
五、获奖荣誉	138
六、特殊经历	139
第七节 常见题型分析	139
一、学业兴趣	139
二、成长环境	142
三、兴趣爱好	146
四、社会服务	149
五、自由发挥	151
第四章 手把手教你写本科申请文书	157
第一节 本科申请文书的写作方法	159
一、文化营销	159
二、色彩营销	163
三、情感传递	165
四、系统要素	169
第二节 简历	170
一、本科简历的构成	170
二、让简历充满力量感的词汇列表	188
第三节 推荐信	190
一、选择合适的推荐人	190
二、推荐信的写作安排	190
第四节 个人陈述	196
一、动人的开头	196
二、印象深刻的结尾	204
三、完美的细节	207
第五节 申请短文	213
一、审题的常见误区	213
二、本科申请短文的常见题型分析	214
第五章 手把手教你写研究生申请文书	239
第一节 研究生申请文书的写作原则	241
一、研究生申请文书内容	241
二、写作策略分析	241
第二节 简历	244
一、金字塔式简历结构	244

二、	简历写作分块解析	247
三、	范例解析	262
四、	多掌握提升专业素养的动词	271
第三节	推荐信	273
一、	推荐信的体验营销	273
二、	推荐人选择	274
三、	推荐信写作要点	283
第四节	个人陈述	298
一、	基于故事的感性营销原则	298
二、	个人陈述框架的构建	301
三、	个人陈述五大问题	310
第五节	申请短文	324
一、	写作原理	324
二、	谋篇布局	327
三、	立意决定成败	329
第六节	套磁信	331
一、	套磁信的内容	331
二、	套磁信的类别	334
第七节	附加材料	336
一、	研究计划	336
二、	奖/助学金申请自述	338
三、	跟进信	343
四、	曲目清单的写作	349
第八节	分专业文书写作范例解析	352
一、	金融	352
二、	会计	363
三、	传媒	366
四、	酒店管理	370
五、	计算机	377
六、	电子工程	386
七、	建筑	394
八、	人力资源、公共事务	403
九、	艺术管理	410
第九节	MBA 文书写作	416
一、	MBA 文书核心	416
二、	MBA 文书内容	418

第一章

美国留学申请文书概述

美国留学申请文书写作指南第一章美国留学申请文书概述在美国，考试成绩仅仅是学校选拔申请人的标准之一。学校招生委员会除了参考申请人的成绩之外，更希望了解到申请人的个性特点、学习潜力、知识与技能的积累等信息，而这些信息恰恰是招生官从申请人所写的申请文书中获取的。

申请文书是在学校面试之前呈现给招生官的材料，可以说是申请人与招生官的第一次亲密接触，因此写好申请文书具有十分重要的意义。尤其在申请名校的申请人中，多数申请人的考试成绩都非常优秀且分数十分接近，总是令招生官左右为难。这时，申请文书就能发挥至关重要的作用。

在全球的学校申请中，美国留学的申请文书最为复杂，申请人只有前期做好充分的准备工作，最大限度地将自己展示给招生官，才能促成招生官做出面试或录取的决定。

一般来说，美国留学申请文书主要从以下两个层面对申请人进行展示。

第一个层面是申请人自我展示。申请人通过撰写文书将本人的目标、潜能、对教育资源的需求等告知招生官，完成第一次沟通。在这个层面上，申请人是站在自己的立场，想方设法将自己有实力的一面展现给招生官。因而也就促成了招生官对第二个层面的需求——第三方对申请人的评价，即推荐信或中学的家长问卷。在大学申请中，申请人只需要提交推荐信即可。在中学申请中，学校为了更好地了解申请人的需求，除了要求申请人回答问题、写作文之外，还要求老师和家长对申请人进行评价，并回答相应的问题。

第一节 美国留学申请文书的类别

一、美国留学申请文书类别简介

近年来，随着国际高中和重点中学国际班在国内的增多，我国申请赴美留学的人员结构也向低龄化发展，越来越多的申请人加入了留学申请的大军，这样就形成了中学、本科、研究生三大留美人群。

大部分的美国学校都要求申请人提交申请文书，按照申请阶段的不同，申请文书主要分为中学申请文书、本科申请文书和研究生申请文书三类，三个阶段的申请文书自成体系，可见美国学校在录取国际申请人方面已经积累了丰富的经验，并形成了十分严谨的申请体系。

每个阶段的留学申请文书都是一整套的材料，根据其作用的不同，内容也有所不同。招生官在选拔申请人时是由宏观到微观、从整体到局部的，申请文书的准备因此也同样遵循这一规律。每位申请人的文书通常都是按个人简历（中学则为个人展示 PPT）、个人陈述、申请短文（或问卷）及推荐信（中学为推荐信表）来排序，供招生官审查。

（一）个人简历

个人简历（Curriculum Vitae, CV）是申请文书提纲挈领的部分，招生官通过个人简历可以一目了然地了解申请人的基本信息，包括姓名、联系方式、教育背景、学习和调研成果、社会实践经历、工作经历、个人技能、奖项荣誉及其他能力和爱好等。通过这些基本信息，录取委员会就能大致了解申请人的视野、基本素质、知识水平等信息。

个人简历如果写得出彩能吸引招生官的注意，从而在后续的材料审核中让招生官投入更多的时间和精力，有可能为申请人争取到宝贵的教育机会。不论是普通的本科申请文书还是研究生申请文书的写作都需要用好简历，能够在简历中将自己的目标一目了然地呈现给招生官的确需要下一番功夫。

在中学申请中，个人展示 PPT 往往由图片组成，比文字描述的简历更加直观。因此精心策划设计的 PPT 就更加容易吸引招生官的眼球。从个人展示 PPT 中，招生官可以看到申请人的逻辑思维、创意细节及申请人的兴趣爱好、阅历、思想等多方面信息。

总之，申请人如果希望给招生官留下好的印象，就一定要充分利用个人简历或者个人展示 PPT 的有限空间为自己加分。

（二）个人陈述

个人陈述（Personal Statement, PS）又称为目标陈述（Statement of Purpose），在中学、本科和研究生申请中都是最为重要的部分。通常，个人陈述也是申请文书中篇幅限制最宽松的。申请人可以尽情在个人陈述中讲述自己的申请动机、申请背景，说明自己需要新的教育机会并且能妥善利用学校提供的各种资源来实现自己的预期目标。

也就是说，申请人在个人陈述中需要说明自己的目标、掌握的知识与技能、学习方法、创新思维等用意，佐证自己有很好的天赋以及学习能力，足以满足学校课程需求，并能在老师或教授的指导下从事学习、科研工作，完成项目所需的课程。申请硕士项目或博士项目的申请人尤其要充分利用个人陈述的空间来说明自己具备获得硕士或博士学位的潜质。

（三）申请短文

申请短文（essay）跟个人陈述具有类似的作用，有些学校不要求通篇的个人陈述而是要求一篇或者几篇申请短文，最典型的的就是 MBA 的申请。申请短文一般都是命题作文，每所院校会根据自己的喜好设置不同的题目，申请人需要在回答好问题的同时，体现出自身的条件和优势。

所以，申请短文相比个人陈述来说写作的难度更大，申请人需要在写作前仔细审题，先确立自己所写申请短文的中心，从而能够以不变应万变，让文书为己所用，发挥最大的功效。

（四）推荐信

推荐信（Recommendation Letter, RL）不是由申请人自己写的，因此在招生官看来，

推荐信是更为客观的材料。同时，由于推荐信是多人从不同的视角来评价申请人，招生官能够更全面地对申请人的申请资格进行评估。可以说，一封推荐力度很强的推荐信对申请人能否被录取起着至关重要的作用。

在推荐信中，处于中立地位的第三方推荐人，无论是任课老师、直属领导、研究导师抑或其他授业老师，他们都应该熟知申请人的个性、价值观、学习和工作能力、学术实力及科研态度等。但是，有一部分申请人由于过于追求推荐信的分量，往往倾向于通过各种关系寻求与自己并没有直接交往的名人写推荐信，其实这是非常不明智的做法。推荐信之所以取信于招生官，依赖的是推荐人的个人信用，而这种信用恰恰是建立在推荐人对申请人熟知的基础之上的。因此，如果推荐信的作者与申请人交往不深，则往往难以抓住申请人最突出的特点加以推荐。尽管推荐人的身份、地位非常显赫，其跟申请人之间的疏离却使得推荐信的内容失去了基本的支撑，从而失去其原本应起到的作用——借助第三方信用说明申请人独特的个性和优势。当然，如果申请人有幸确实能和名人一起工作过，这样由近距离交往的名人写的推荐信的确可以成为申请文书中的重量级法宝。

（五）写作范例

写作范例（Writing Sample, WS）或称学术论文，在文科研究生申请中更为常见，但理工科研究生申请时也会遇到有些学校要求提交写作范例的情况，本科申请则多见于注重文字写作能力的专业（如新闻、广告、公关、公共政策和公共管理等），而在中学申请中也偶尔出现要求提供写作范例的情况。学校要求提供这类文书的目的主要考查申请人的语言能力、逻辑思维与系统性思维能力、创造力、对目标专业的理解以及在自己所关注研究领域内的认知等。

对于大学文科申请人而言，写作范例是重中之重，可以直接反映出申请人做研究和写论文的能力。而对于理工科申请人来说，能够将模型、理论用简洁清晰的语言阐释清楚就更能说明申请人的综合素质。

在中学申请文书中，部分学校会要求申请人提交带有老师批改痕迹的作业，从中考查申请人实际的学习表现和书面表达能力。

可以说，写作范例是学校非常慷慨地给出的机会，供申请人表达自己的英文实力和逻辑思维。因此，广大申请人务必慎重对待写作范例、论文和作业的提供。

（六）套磁信

写套磁信是申请人和所申请学校的有关院系教授取得个人联系的一种手段，通常体现为 E-mail 或书面函件的方式。严格意义上来说，套磁信并不能算作申请文书的常规部分。但是，申请人的研究兴趣和学术背景如果跟该教授的研究课题需求相契合，将大大增加申请人录取与获得奖学金的机会，所以套磁信就成为了留学申请过程中的一项重要材料。特别是对于工科研究生的申请而言，在争取排名水平略高于申请人自身条件的冲

刺学校时，有效的套磁信可以起到至关重要的作用。

除了上述材料之外，音乐相关专业的申请人还需按所申请学校的要求提交曲目清单，艺术类相关的建筑、工业设计等专业的申请人则需要提供相应的作品集。一般而言，曲目清单就是按照学校要求，提供申请人本人学习过、公演过或者自行创作的曲目即可；而作品集则需要根据每所学校的不同要求，按照规格提供申请人本人相应的绘画、素描、设计作品并附上相关说明。对于艺术类申请人来说，这部分材料是体现自己专业素养的一份重要的申请材料，招生官可以从中相对直观地看到申请人的专业素养。

二、中学申请文书

中学申请文书体现出具体、明确、碎片化的特点。以美国多数学校采用的高中入学考试（Secondary School Admission Test, SSAT）申请问卷的问题设置为例进行分析，可以得出中学申请文书一方面需要通过客观问题的回答帮助招生官了解申请人过去的经历，另一方面又需要通过主观题的答案了解申请人的价值观、表达能力、领导力、梦想、方法等细节信息。中学申请文书一般包括一份精心策划的个人陈述、三封当前老师的推荐信（数学老师和英语老师为必选推荐人，第三封则要求班主任、年级组长或校长出具）、按照学校要求提供的问卷答案（一般包括家长问卷和申请人问卷）。此外，部分学校要求提供个人展示 PPT 演示文件或者申请视频。

根据申请人的年龄和学习生活中展示出的个性特点，中学申请文书更关注申请人的兴趣爱好、课外活动、社团活动、志愿服务等方面的表现。因此，在准备申请文书之前，家长应和申请人一起全面地回顾申请人过往的经历，将申请人最突出的特点逐一列出并确定如何在申请文书中区分主次，使申请人在面试之前赢得招生官的初步青睐。每一项经历都尽可能回忆清楚，将保存的图片、音频、视频资料整理出来，按个人形象策划的需求选择使用。

三、本科申请文书

美国目前有 400 多所大学的本科招生使用通用申请系统（Common Application System），该系统只要求申请人提交一套申请材料，即可申请多所使用该系统的大学。通用申请系统经过多年的发展，其题目设置已十分科学，既节省了申请人申请的时间，又便于学校在筛选申请人时采用相同或相近的标准。

在过去几年内，美国本科的通用申请文书包括三个部分：第一部分为短回答，要求申请人讲述一次自己参与的事件或经历；第二部分为个人陈述，要求申请人从五个题目中选择或自拟题目写一篇 250~500 单词的文章；第三部分是附加题，申请人可根据前两部分的回答决定是否回答第三部分。

其中，第二部分的题目有：评述一次有意义的经历或你面临过的危险对你的影响；