

Shortcuts to Top
US Colleges

美国名校 一步之遥

华裔知名升学顾问助你轻松上名校



〔美〕袁德坤 (Jimmy Yuan) / 著

350 多个真实有效的成功案例分享，
一本“接美国地气”的申请指南

人民日报出版社

Shortcuts to Top
US Colleges

美国名校 一步之遥

华裔知名升学顾问助你轻松上名校

〔美〕袁德坤(Jimmy Yuan) / 著

350 多个真实有效的成功案例分享，
一本“接美国地气”的**申请指南**

人民日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

美国名校 一步之遥 / 袁德坤著. —北京:

人民日报出版社, 2018.4

ISBN 978-7-5115-5397-3

I. ①美… II. ①袁… III. ①留学教育—概况—美国

IV. ① G649.712.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 067407 号

书 名: 美国名校 一步之遥

著 者: 袁德坤

出 版 人: 董 伟

责任编辑: 林 薇 陈 佳

封面设计: 春天书装工作室

出版发行: 人民日报出版社

社 址: 北京金台西路 2 号

邮政编码: 100733

发行热线: (010) 65369527 65369509 65369510 65369846

邮购热线: (010) 65369530 65363527

编辑热线: (010) 65369514

网 址: www.peopledaily.press.com

经 销: 新华书店

印 刷: 北京中科印刷有限公司

开 本: 710mm×1000mm 1/16

字 数: 248 千字

印 张: 19

版 次: 2018 年 4 月第 1 版 2018 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5115-5397-3

定 价: 56.00 元

鸣 谢

借出版之际，我要感谢纽约市教育局的同事们：

唐力行教授、姚学吾教授、杨培庆教授、吴以仪教授

感谢 人民日报出版社社长 董 伟先生
人民日报出版社编辑 陈 佳女士

感谢	哈佛大学	William R. Fitzsimmons
		Dean of Office of Admissions and Financial Aid
	耶鲁大学	Jeremiah Quinlan, M.B.A.,
		Dean of Undergraduate Admissions
	麻省理工	Stuart Schmill
		Dean of Admissions and Students Financial Services
	哥伦比亚大学	Jessica Marinaccio
		Dean of Undergraduate Admissions
	斯坦福大学	Richard H. Shaw
		Dean of Admissions and Financial Aid
	宾州大学	Eric J. Furda
		Dean of Admissions at the University of Pennsylvania
	康奈尔大学	Marina Fried
		New York State Representative , Undergraduate Admissions, Cornell College
	纽约大学	Cynthia Perez
		Director of Admissions
	约翰·霍普金斯大学	Ellen Kim
		Dean of Undergraduate Admissions
	卡耐基·梅隆大学	Michael Steidel
		Dean of Admissions
	西北大学	Ali Dillon
		Assistant Director of Admission
	波士顿学院	Robert Howe
		Associate Dean for Admissions

鸣 谢

感谢 前联合国中文组组长，现联合国赴华项目负责人

华美人文学会共同主席

美国《侨报》总裁

美国《侨报》“教育频道”编辑

美国中文电视“纽约会客室”主持人

新西兰《睿基金——亚太文化教育基金》创始人

赛银投资集团董事长

浙江省人才开发协会副会长兼秘书长

上海市对外教育交流中心主任

上海犹太难民纪念馆馆长

上海博世凯进修学院创建者

何 勇博士

游 江先生

胡 婷女士

谭 琳女士

陆欣讷女士

顾 燕女士

周骏健先生

张敏华先生

陈 俭先生

赵海银先生

何晓韵女士

友情提示

亲爱的学生和家

当你们怀着进美国顶尖名校深造的美好愿望打开本书之时，笔者恳切地提出以下几点，请你们留意。

一、本书介绍笔者在纽约市教育局工作和与犹太裔高端升学顾问合作的经历。笔者公司在十多年曾帮助超过 350 位中美华人学生成功申请进入常春藤及其他美国顶尖名校。本书是 350 多位成功案例的总结。笔者坚信，华人学生和家

可以从本书中了解美国近十年申请顶尖名校的“诀窍”，学习如何有效提高申请名校成功率的方法。但美国常春藤和顶尖名校的申请，并没有一个固定的成功模式可以机械仿照。美国主流社会公认，申请名校是一个“系统工程”，不是仅仅由“考试成绩”决定的。换言之，申请名校不是一个“技巧”问题，而是一个“艺术”问题。近年来，名校录取率创历史新低，所以美国华裔社区流传一句话：申请名校，人人有希望，个个没把握。读者如果仿效书中介绍的具体申请方法，并不能保证一定被美国名校录取（任何个人和机构宣传“100% 保进常春藤”，肯定是不实之词）。

二、本书“前言”部分提到中国学生留美申请易陷入的十大误区。希望华人学生和家

仔细阅读，这是笔者三十多年在美经验总结。在随后的七章中，笔者提及的申请名校的“六块敲门砖”、在 16 个课外活动领域里寻找你“与众不同”的亮点、从九年级开始的本科申请准备和

大二开始的研究生申请准备，都是美国本土升学顾问“接地气”的申请策略。

三、书中详细介绍美国高中生如何规划名校申请、美国高中升学辅导员如何配合学生申请等具体内容，值得中国家长、学生、高中教导主任、任课老师借鉴。在学生决心留美不参加中国高考的情况下，要调整学生的课程安排。如果是国际学校，更要尽可能与美国高中学制“接轨”，高三一开始，就进入美国名校申请的高峰，越早准备越主动。尤为关键的，不仅是学制、课程安排、考试准备、课外活动的具体筹划，更须避免陷入留美申请的误区，提高中国高中生和本科生进美国顶尖名校的成功率。这不仅可以为中国学生争取全球最好的教育资源，更是为中国建设、中国发展、中美关系长期健康发展储备专业人才。中国学生留美史已经充分证明这一点。

四、如何发现孩子的兴趣点，如何加以培养，继而使孩子具有与众不同的亮点，是笔者与中美华人家长和学生交流中，大家最关心的一个问题。本书在第三章中，使用较大篇幅，举出在16个课外活动领域内的30个案例，希望华人学生从中寻找出自己在某一领域的与众不同的亮点，为申请名校加分。

五、书中第四章就九至十二年级和暑假的具体安排提出建议，读者可以依本人具体情况，做适当调整。安排中建议的考试时间等，学生须每年登录有关官网核实，避免错过有关注册和实际考试时间。

六、书中第七章第四节谈到“毕业后容易办移民的美、加名校和专业”，仅供参考。美、加两国就业趋势每年都有改变，介绍的大学和专业，并不保证一定能获得工作机会和拿到美国或加拿大绿卡。

七、本书介绍的考试、实习、进修等项目，都是2017年5月的最新资料。

有些已经对国际学生开放，有些即将对国际学生开放。学生想参加某些项目，请务必查阅网站，掌握最新动态。请打电话确认是否仍然举办这些项目。同时，请特别留心有些考试的截止期、有些比赛和项目申请的截止期。这些日期，每年都可能改变，请直接登录有关网站或电话联络主办方，加以确认。

八、本书推荐的高含金量的竞赛、进修、实习、考察等项目，笔者尽可能考虑到主办方是美国顶尖名校，或享有盛誉的机构。但毕竟要涉及出国，这会带来某些风险，如旅行考察时的山川河流及野营时潜在的风险、某些国家和地区的民众固有的宗教或风俗可能引起的误解、不明瞭国外的法律法规从而引发的冲突等。读者需要仔细评估，并请教有关人员（家长、老师、地区警察局、外国大使馆等）之后，方可尝试实施。如果读者参加本书介绍和推荐的这些项目，或参加类似的课外活动，由此产生的人身伤害、精神损失，均由读者及家长负责，与本书作者和出版社无关。

特此友情提示，谢谢关注。

袁德坤（Jimmy Yuan）

2018年1月

于纽约华尔街14号

目 录

前 言：留美申请易陷入的十大误区 / 1

第一部分 成为美国名校的“理想学生”（Dream Student）

——把“我喜欢名校”变成“名校喜欢我” / 21

一位优秀学生因为一篇入学作文而痛失进哈佛的机会——

笔者曾私下问哈佛大学某资深招生官：“为何有些‘有亮点’、成绩优异的学生申请哈佛失利？”

她说：“一般是入学作文有重大问题。”

请她试举一例。她环视四周，用玩笑口吻轻声说：“如果学生作文里有支持特朗普的‘美墨筑长城’计划的倾向，我们会立刻拒绝该学生的申请，因为常春藤数百年的教育理念是搭桥而不是筑墙。”

此时我联想起另一位学生的入学作文内容。

第一章 美国顶尖名校招生全公开 / 27

第二章 申请美国顶尖名校的“六块敲门砖” / 35

第一节 规划有深度的课外活动和义务活动 / 36

第二节 高中选课和高中成绩 / 44

第三节 拿出亮丽的 SAT 和 ACT 成绩 / 51

第四节 写好通用表的“命题作文”和名校的“额外作文” / 60

第五节 有具体事例的推荐信 / 93

第六节：表现得体的面试 / 104

第三章 “与众不同” 学生最受美国名校青睐 / 114

第一节 成为“与众不同”学生的五大法则 / 116

第二节 在 16 个领域显示你的“与众不同”亮点 / 133

第四章 申请名校，及早准备，永远不晚

——从九年级（中国初三）开始规划为宜 / 155

第一节 八年级暑假规划（中国初三前的暑假规划） / 158

第二节 九年级和九年级暑假规划 / 162

第三节 十年级和十年级暑假规划 / 170

第四节 十一年级和十一年级暑假规划 / 176

第五节 十二年级和十二年级暑假规划 / 183

第二部分 你可以进美国顶尖名校的理由 / 193

多年前，我在杭州一场大型讲座中谈到我们可以到名校招生办面对面沟通。

台下有听众说：“听起来好像在‘开后门’。”

我微笑着对他解释，美国名校是私立的，名校招生办就像私人公司招聘部门，把升学顾问看作猎头公司，欢迎升学顾问访问招生办。但关键是你能否预约到见面时间。

第五章 申请过程中步步跟踪——细节决定成败 / 196

第一节 申请前请招生办做初步评估 / 196

第二节 创造条件，“曲线”进名校 / 198

第三节 及时处理申请过程中的“细节危机” / 200

第六章 “出奇制胜”的名校申请策略 / 202

- 第一节 “绝处逢生”——申请名校遭拒，当年仍可进名校 / 204
- 第二节 “以退为进”——高中生“停学一年”进美国名校 / 208
- 第三节 “名校双学位”——四年获两个学士学位 / 215
- 第四节 “迂回战术”——大一、大二转学进美国顶尖名校 / 219
- 第五节 “临门一脚”——申请“犹太奖学金”和“总统义工奖” / 225
- 第六节 EOP、SSSA 等优惠项目 / 228
- 第七节 中国在职人员有机会获得常春藤名校正式硕士学位 / 232

第七章 名校申请“私人定制”篇 / 234

- 第一节 申请要符合“天时、地理、人和”三要素
——名校 1000 个专业，总有一个适合你先申请 / 234
- 第二节 申请名校本科策略——扬长避短，资源整合 / 236
- 第三节 申请名校研究生策略——“大二准备”“成功套瓷” / 244
- 第四节 毕业后容易办移民的美、加名校和专业 / 249

附 录 / 253

附录一 向犹太裔学习，为中美健康持久发展储备人才力量 / 254

附录二 高中生竞赛、进修及实习项目 / 261

前言

留美申请易陷入的十大误区

“是袁老师吗？我孩子是北京××重点高中前3名，托福115，SAT 1550，8所常春藤全被拒，而同班第10名，SAT只有1460，却被哥大录取了。这太不公平了！”每年3月底4月初，笔者经常在深夜接到国内朋友打来的类似电话。

也有一些美国新移民家长，带孩子到笔者位于华尔街的办公室，满肚子委屈：“我孩子SAT 1500，AP考了6门，全部是4分或5分，为何前25名大学都没录取？而邻居美国黑人孩子，成绩比他差好多，课外活动比他少，义务劳动时间比他短，却被麻省理工录取。是否对亚裔有歧视啊？”

上述两类家长的“愤慨”言论，很典型地反映了中国国内家长和美国华人新移民家庭对美国高校招生的“不满情绪”。

三十多年前，笔者刚到美国时，也和这些家长持一样的想法。我们从国内高考的现状，很容易得出“考试成绩决定录取”这个结论。后来知道，美国大学招生，特别是本科招生，还要看学生的课外活动和义务活动记录。但不管华裔学生参加多少课外活动和义务活动，好像总是与美国顶尖名校无缘。

后来，笔者在纽约市教育局工作，接触不少高中的升学辅导员。当笔者谈到自己的疑虑，他们当即指出，华裔家长和学生，特别是新移民家庭和中国国内的高中生，对美国的大学招生存在许多“误区”，上述两位家长的抱怨，就是典型的对美国大学招生系统有认知“误区”。

随后，笔者参加了许多美国名校的招生工作会议及相关论坛，加上和许多名校的退休招生官员合作，在实际辅导学生申请美国顶尖名校的十多年实践中，笔者逐渐总结出，中国家长和学生对美国大学招生，存在认知上的“十大误区”。

【误区一】美国常春藤及其他顶尖名校都有自己的招生标准，华人家长根本无所适从。

【家长和学生反映】美国常春藤及顶尖名校的招生官到高中学校做“宣讲会”，我们家长和同学们常常听得“一头雾水”，不清楚常春藤名校究竟想招哪一类学生。有人说哈佛、耶鲁、哥大等学校关注申请者的重点都不同，令我们不知所措。

【实际情况】全美有校园的大学超过 4500 所，而且每所学校都有自己的招生标准。看似各有不同，但仔细分析，综合排名 TOP35 的美国顶尖名校招生并非“无章可循”，基本都是从六个方面审核申请人，我们暂称为“名校申请六块敲门砖”：

1. 表现专长的课外活动和义务活动（每人不同）；
2. 高中时的成绩 GPA（每人不同）；
3. 标准化考试 SAT、ACT 成绩（评分标准，每人相同）；
4. 入学作文（每人不同）；
5. 推荐信（每人不同）；
6. 面试（每人不同）。

上述六块敲门砖，除了 SAT、ACT 考试成绩有一个统一鉴定标准，其他五块砖完全因人而异。这就是许多名校招生官员无法简单具体地道出 A 同学能录取、B 同学被拒绝的原因，因为其他五块“敲门砖”千变万化啊！

英语俚语说，“正如没有两片雪花是一样的，也没有两位学生是一样的”（Just as two snowflakes are not alike, neither are any two students）。

但是，大部分华人学生（中国国内和来美新移民）的申请材料看起来千篇一律，毫无“特色”可言！

1. 表现专长的课外活动和义务活动：人人是“两琴一数”：会钢琴，会小提琴，数学好。义务活动：人人是“医院加老人院”。实习内容：与自己的兴趣爱好毫无关联，为“实习”而“实习”。

2. 高中时的成绩 GPA：人人都是学校前 10 名。

3. SAT、ACT 成绩：基本接近满分。

4. 入学作文：没有具体事例，毫无新意。

5. 推荐信：都是“学习很刻苦”“做事很认真”之类的空洞表述。

6. 面试：谈心仪专业都是金融或医学。

聪明的读者大致可以从中看出，为何华裔学生申请美国顶尖名校往往“名落孙山”。

据《每日邮报》报道，2008 年，曾有两名亚裔学生申请普林斯顿大学遭拒，于是这两名学生一纸诉状将普林斯顿大学告上法庭，认为该大学在招生过程中涉嫌种族歧视。

联邦调查人员对包括普林斯顿大学在内的多所学校展开了长达七年的调查，最终的结论是：普林斯顿大学并没有歧视亚裔族群申请人。

2017 年 3 月，联邦调查人员公布普林斯顿大学招生办的内部文件。文件显示，美国普林斯顿大学招生官认为：“招生中很难分清亚裔（笔者：普遍认为

主要是华裔和韩裔）申请人，因为他们的背景资料极其相似。”“亚裔学生有着非常相近的个人简介，很难筛选合格的申请人。”“每个人都参加过管弦乐团，或者会弹钢琴，每个人都会打网球，都希望成为金融家或医生，都写关于移民到美国的事。”“他们在其他方面欠缺独特性、能力或潜力。”一句话，亚裔（主要是华裔）学生申请材料像一个模子、一条流水线出来的产品，千篇一律。

哈佛的一位资深招生官曾说，私立名校的申请，不是一件“技术活”，而是一件“艺术活”。“技术活”讲究符合制作工艺，有行业标准，可以复制。

“艺术活”则需要“精雕细琢”“反复推敲”，而且没有两件艺术品是相同的。简而言之，每位学生的成功申请方法，应独特而鲜明，不可复制。

原因找到，解决方案也会随之而出。华裔学生一定要在申请材料中，避免给名校招生官留下“华裔学生材料千篇一律”的刻板印象。换言之，每位申请者都要给名校招生官留下“与众不同”的深刻印象，讲清楚有意义的“个人故事”，只有这样，才能大大提高进名校的概率。

这些年来，笔者一直不停地走访美国顶尖名校（综合排名 TOP35），面对面向名校的招生官员推荐华裔学生。几乎所有名校招生官员的第一句话就是：“这个学生有什么独特之处？”（What is the unique about this student?）接下来马上会解释：“鉴于太多申请者有太多相似之处，他们需要找到方法显示他们是与众不同的。”（With so many applicants looking so much alike, they need to find a way to make themselves stand out.）

这说明，高中成绩、SAT 成绩已经不再是名校考虑的重点，因为特别是华裔学生，高中 GPA 3.8 以上、SAT 成绩 1475 分以上的太多了。在申请者都是高分的情况下，unique，即有独特之处，或者通俗地说，学生有“与众不同”之处，变成学校考虑的最关键的一点。

笔者曾经问过哈佛、耶鲁、哥大的招生官员，为何名校青睐“与众不同”的

学生？他们的回答基本一致：“与众不同”的学生已经证明自己有某些领域的“超群”能力（或称为具有“个人核心竞争力”，Individual Core Competence）。他们已经在这些领域取得某些成就，名校的任务是提供更好的师资和环境，使这些学生的能力充分发挥，将来成为某一领域的“领袖人物”。同时，“与众不同”的学生在校园里，会大大增加学生之间、学生和教授之间的学习和交流。

哈佛、耶鲁等顶尖名校拥有全球声誉，在美国和世界高等教育界有无与伦比的领先地位，证明它们的招生政策是成功的。简言之，这些名校招对了学生。事实证明，“与众不同”学生，最有可能被培养成将来社会的各界精英。

俄罗斯伟大作家托尔斯泰在其名著《安娜·卡列尼娜》开头写道：幸福的家庭全是相似的，不幸的家庭各有各的不幸。这里套用托翁名句而反用之：申请失利者的原因是相似的——申请材料“千篇一律”；申请成功者各有各的理由——各有“与众不同”且有意义的故事。

【误区二】SAT 总分高的学生，反而不如 SAT 总分低的学生。

【家长反映】许多人说，美国公立大学只看成绩。我儿子和同班同学同时申请纽约州的公立大学，他们两人情况极其相似，GPA 相同，且都没有竞赛成绩，而我儿子的 SAT 成绩 1400，比同学多 50 分。结果我儿子被拒绝而他同学被录取。我无论如何想不通，又无处申诉。

【实际情况】美国公立大学基本看成绩录取，这符合事实。公立大学接受政府资助，以招本州本市学生为主，录取主要看成绩（学校成绩和 SAT、ACT、GRE 等）。而私立大学招生自主性强，往往还要看申请者的个人专长等。学生申请要根据自身情况区别对待。如申请私立名校，学校的附加作文就要强调自己的“与众不同”之处。

无论是私立名校还是公立大学，对国际学生的“英语阅读”成绩非常重视。

招生办不仅看 SAT 总分，还会看阅读和数学成绩如何分布。假设这位家长的孩子 SAT 成绩中，阅读 600 分，数学 800 分，总分 1400 分，而他的同学虽然 SAT1350，但他的阅读可能为 720 分，数学为 630 分。招生办毫无疑问会优先录取英语阅读成绩好的学生。

还有些大学对国际学生托福的听、读、讲、写，要求每项成绩不能低于 22 分。一些国内家长和新移民学生，无法理解两个托福和 SAT 总分成绩一样的学生为啥申请结果天壤之别，很可能是这两个学生的托福和 SAT 的单项成绩有很大差异。

英语阅读能力取决于英语单词量掌握程度。哈佛一位教授说得好：多掌握一个英语单词，年薪会多 5 美元。掌握 2 万英语单词量，年薪可能会超过 10 万美元。所以努力扩大英语词汇量非常重要。

【误区三】填申请表时，可以在专业选项填“尚未决定”。

【学生反映】美国大学前两年都念“核心课程”，大三才开始选专业。所以填申请表时，可以在专业处填“尚未决定”（undecided）。

【实际情况】申请者可以在专业选项中填“尚未决定”，但这会降低你的录取概率。一个从小立志当一名化学家的学生，在作文里体现：读完所有著名化学家的传记，参加各种化学竞赛获得好成绩。他填的志愿专业是“化学”，而你却“尚未决定”。你说，招生官会录取谁？

事实上，大量数据表明，学生申请名校专业成功的关键，要体现“四位一体”的“专业申请主题”。即高中相关成绩（含 AP 成绩）、课外活动专注内容（包括学科竞赛成绩）、义务活动参与内容、申请大学专业内容高度一致。

如果想申请常春藤名校的数学、物理或化学专业，你必须在高中挑选难度高的数学课、物理课、化学课。AP 的数学课、物理课、化学课是必选课程。