

# 留学 正能量

——英国留学一本通



15家媒体联合推荐  
腾讯留学名博  
新浪、搜狐特约  
留学撰稿人



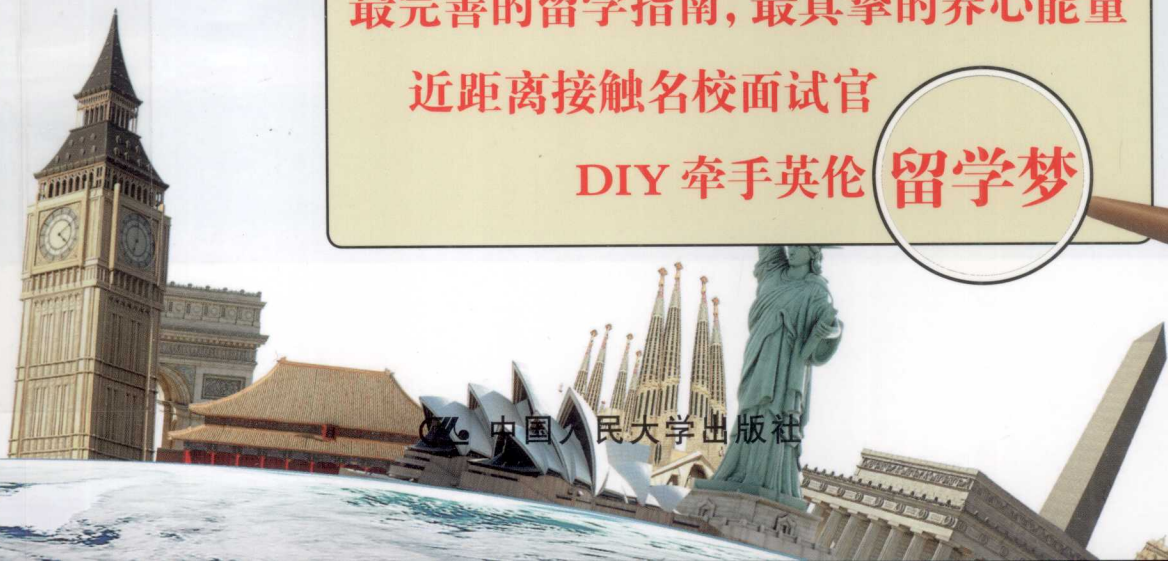
秋野玉茜 编著



最完善的留学指南, 最真挚的养心能量

近距离接触名校面试官

DIY 牵手英伦 **留学梦**



中国人民大学出版社

G649.561.8/9

2013

# 留学 正能量

——英国留学一本通

秋野玉茜 编著

北方工业大学图书馆



C00341899

中国人民大学出版社  
·北京·



图书在版编目(CIP)数据

留学正能量——英国留学一本通 / 秋野玉茜编著. —北京: 中国人民大学出版社, 2013. 7  
ISBN 978-7-300-17718-2

I. ①留… II. ①秋… III. ①留学教育-概况-英国 ②高等学校-介绍-英国 IV. ①G649.561

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第140506号

留学正能量——英国留学一本通

秋野玉茜 编著

Liuxue Zheng Nengliang—Yingguo Liuxue Yibentong

---

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511398 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.1kao.com.cn> (中国1考网)

经 销 新华书店

印 刷 北京市易丰印刷有限责任公司

规 格 170mm×230mm 16开本

版 次 2013年7月第1版

印 张 14.25

印 次 2013年7月第1次印刷

字 数 175 000

定 价 38.00元

---

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

## 养心殿里正能量

### 玉茜和她的哈佛女孩

提起玉茜，很多人都听说过《放养女孩上哈佛》这本书。是的，这确实是一部传奇经历，但是只是玉茜故事之一。还有很多更让人叹为观止的案例。让学生蓬勃向上、积极进取，这便是学习的动力；有了动力，可以享受学习的乐趣，取得满意的成绩；之后，找到合适的学校、合适的专业，学有所成；最终，可以施展才能，实现人生价值。这样的学生，往往给人感觉“一帆风顺”、“轻轻松松”，但实际上，这种规划才颇见功力。

人，走得有多顺利，取决于目光有多远。

长远的、整体的规划，在无形中会形成一种推动力。所以，留学，与其说是单纯的学习，不如说是人生奋斗的一种方式。

人，在社会上能够走多远，取决于这个人内心的温度。

如果，他的热情足够多，他的动力足够强，即使遇到困难，也会有百折不挠的勇气和力量。也许这就是正能量。



### 英伦梦想

热爱英伦生活的人，其实是在寻觅一种生活品位和一种学习品位。这是一种纯粹的、含着历史气息的执著与专注，会推动你对生活的信赖和对理想的虔诚。这是一种能够在温和空气中感悟学术和享受生活的理想主义浪漫，知识本身就凝聚着温和与湿润，从而浸透你的每一个毛孔，晃动你内心深处

每一根血脉。于是不曾脱离快节奏的现代社会，但是你可以同时牵手深沉与厚重的传统风格。

英伦梦，对理想的一种渴望，对学术的一种追寻。

在英联邦教育体系中，有自己独特的教学体系。这种体系，带着传统的严谨，与现代教育的创新性相结合。

英伦梦，一种浪漫生活的向往，对精神的一种洗涤。

丰富多彩的英国生活，展示着激情与欢乐。

### 养心殿里的故事

养心殿是一个神话。因为这里有丰富多彩的 party。有留学活动，有文化交流，有职业规划，有精英讨论，有修身养性。也就是说，把长远的留学、职业规划，拆成一个个精彩纷呈的活动，用活泼热烈的气氛，去强化某些你不曾熟悉的细节和特点。

正能量是可以传递的。

也希望能够一直传递下去。

吕蕾

## 留学正能量——UK

我们一直以来都招收最优秀的学生，吸纳最出色的教师队伍并为其提供各种资源和机会。最优秀的师资力量、最优秀的学生齐聚剑桥，并且这二者之间不是简单的教授的关系，应该这么说，剑桥提供了一个环境，让最优秀的思想相互碰撞，这二者是相辅相成的。

——剑桥大学副校长 Ian Lesile

有两种方式来申请剑桥。第一种是通过 EMERSON 体系，学生先要提前参加一些笔试，然后再参加面试。第二种方式是学生直接向学前的相关学院递交申请，我们会有选择地做一些筛选，这个过程要更有难度。我们每年大概会面试 100 名中国学生，面试是在上海，我们分别有 4 个小组来完成面试工作。

——剑桥大学招生主任 Pro.Cardwell

我们也会有学术能力方面的考察。那么在本科生水平上您也提到了一些相关数据和情况，在申请者当中大约有 25% 的学生能够进入牛津，而这个概率还是相当高的。因为许多人已经事先淘汰了自己，我们鼓励大家申请，请不要事先就淘汰自己，让牛津做决定。

——牛津大学国际办公室主任 Heather

我们既有比较完善的申请程序，而申请的学生们又有良好的素质和潜力。我们还设置了附加的一系列流程以便选出非常符合条件的学生。在录取检测中涵盖了主要考察的两方面。大约有 75% 的学生会接受检测，检测的内容视所申请学科而定，例如法律方面的专业或是数学专业。申请的下

一步就是面试那些成功通过检测的学生。所以我们会面试大量的学生并且期待有更多的学生接受面试。

——牛津大学国际办公室招生副主任 Paul

学生找到好的学校以及好的课程是至关重要的，无论是在英国还是在别的国家。我认为学生要有一个明确的目标，知道自己的动机和知道自己想得到什么。英国的学习机制很有效果，因为它让学生可以在三年内完成本科课程和一年内完成硕士课程。

——伦敦政治经济学院 LSE 招生主任 Peter Williams

英国教育界有一种“三足鼎立”的说法，认为文科最好的院校是牛津，理科最好的是剑桥，工科则非帝国理工莫属了。尽管帝国理工的历史比牛津、剑桥要短，但从1907年建立之初起，它便因为浓厚的皇家背景和强烈的经费气势夺人，很快跻身世界顶级名校之列，至今已经诞生了18个诺贝尔奖获得者。而且，帝国理工与许多大公司渊源颇深，产业化程度很高，占有英国全国研究经费的1/7。作为英国最负盛名的工科院校，和牛津、剑桥一样，帝国理工不仅入学的门槛高，学费也要比其他院校高，有人称之为英国最贵的大学。

——帝国理工 IC 国际办公室主任 Angela Lin

UCL 的建筑学科很强，在欧洲也很强，这方面和中国的合作也非常密切。参加了上海、天津甚至株洲的一些城市的规划项目，城市规划是未来的一个问题，怎样处理人和城市的关系，在节省能源、节省资源方面，利用城市的环境，发挥作用，这里面有一些相互关联的问题，我们做得都很好。

——伦敦大学 UCL 首位华人副校长 郭正晓

通常他们需要与申请专业相关的学士学位证书。我们不仅会看他们的总体成绩，同时也会看到与申请专业相关的专业课成绩，这些都是比较具体的考察点。在中国的大学，大一学生的学科通常比较分散，但是接下来的三年里，学科就会越来越有侧重点。通常我们需要学生的平均分在 80 分以上或者 GPA 不能低于 3.25。

——伦敦大学 UCL 招生主任 Juliet



# 目录

## 引言 写在前面的话 Prologue /1

- 01 摘掉眼镜，用心看世界，看西方，看东方 /3
- 02 爱和饶恕的故事 /11
- 03 社会转型期下说中国教育 /21

## 第一部分 你好，正能量 Hello, Positive Energy /29

在最好的时光里，我独自一个人走在那条古朴绚丽的英伦街上。我像一个拾荒者，悄悄收藏起时光的底片，让它变成陈年的私酿，然后在这个阳光明媚的午后，与即将踏上英伦逐梦的你共享。只要你相信自己可以，你就是正能量的化身。

- 01 厌倦伦敦等于厌倦生活 /31
- 02 古朴野美的牛津小镇 /33
- 03 写意剑桥 /35
- 04 自由学术，学术自由 /37
- 05 英式思维小品五则 /40
- 06 中餐馆在英国二三事 /44
- 07 印象布里斯托，领略英国绅士 /48
- 08 那些留学生教会我的事 /51
- 09 大不列颠的爱恋不青涩 /60
- 10 理想？先生存下来更实际 /64
- 11 由帝国下午茶引出的软实力 /68

## 第二部分 留英学习生活指南 Live and Study in the UK /73

堪称英国留学大黄页，内容不仅涵盖留英学习的部分，包括学校申请、入学报到、在校学习、毕业须知等，也包括出国前准备阶段，行李准备、报关、英镑兑换、英镑携带、

资料备份等,同时也包括初抵英国时的入境须知、安排行程等,此外,留英期间健康医疗、安全及防护措施、护照延期、护照丢失等问题也有涉及。

也同时包含了留英生活和求职就业的部分,生活指南部分涵盖了服饰、饮食、住宿、旅游、手机、网络、长途电话、购物、婚姻等几个方面,就业指南部分涵盖了就业信息获取、职业能力培养、国家保险号码、工作求职策略等。

此外,本书独家收录了英国顶尖院校招生主任们亲自揭秘录取招生潜规则,从“掌权者”口中探知录取的真相。如何入读剑桥大学?听家长的?听亲戚的?听中介的?还是直接问招生主任吧!

## 01 留英学习指南 /75

### Part 1 学校申请 /75

### Part 2 入学报到 /83

### Part 3 在校学习 /86

### Part 4 毕业须知 /91

### Part 5 英国前十名校招生官访谈录 /92

## 02 留英生活指南 /155

### Part 1 出国前准备阶段 /155

### Part 2 初抵英国 /163

### Part 3 留英须知 /165

### Part 4 生活指南 /180

## 03 留英就业指南 /214

### Part 1 就业信息获取 /214

### Part 2 职业能力培养 /215

### Part 3 国家保险号码 /215

### Part 4 工作求职策略 /216



引

言

# 写在前面的话

*Prologue*



煮上一壶铁观音。让这一杯杯丰厚、醇美、闪烁着金灿灿波纹的茶汤慢慢地流淌到自己的身体里，温暖每一个细胞，让每一寸肌肤都焕发出正能量。在“写在前面的话”这个部分，我要与亲爱的读者分享几个唤醒我正能量的小品文，通过阅读这个关键环节，一来阐述我编著《留学正能量》的成因；更重要的是，与我们无缘谋面的历史巨人或虽生活在现今社会却并不相识的朋友，进行精神的对话，以期在这样的过程中实现正能量的传承！

## 01 摘掉眼镜，用心看世界，看西方，看东方

如今市面上不乏各类出国考试培训书籍、出国留学指导书籍，它们在帮助学生准备出国的过程中起到了重要的作用。《留学正能量》一书主要分为两个部分，即第一部分，你好，正能量（Hello, Positive Energy）；第二部分，留英学习生活指南（Live and Study in the UK）。读者可以在第二部分中找到关于留学英国的学习、生活、就业等各个方面的信息，此外，也独家收录了包括牛津大学、剑桥大学、伦敦大学等英国前十名校招生的官访谈录，是揭示英国名校入学的第一手资料。除了上述留学书籍的基本工具类用途之外，我也一直希望能有机会将多年从事教育工作，乃至一个普通小女子从求学到工作再到就业创业管理企业的一点思考分享给读者朋友。我想分享的并非“炫技”，而是在这个过程中正能量给予我的帮助，人生的超越，收获的是一种精神力量。

人生的路上，我们确实会遇到许多困境和彷徨，感谢在我人生路上需要提携的时候给予我帮助的人们，起初我是想在本书的前言部分逐一感谢一路上帮助过我的人们，后来发觉要感谢的人实在是太多，所以我选择换一种更有意义的方式感谢他们，那就是祈愿借本书将这“正能量”传递，让更多的人感受到爱和温暖。希望每一个读到本书的朋友都能微笑着，享受出国留学这一过程，发展自己的能力，贮藏自己的精力，维护自己的健康，使自己在做任何事的时候都充满正能量。

这本书里，我不是“老师”，同时，有缘读到这本书的每一位同学，你们也不是“学生”，我们之间的关系不是教与学，而是一种平等的对话。我欢迎你们对我提出质疑，也乐于见到你们带着这样的“质疑”全身心地投入到自己的学习生活中，对我是如此，对包括权威、师长、亲朋在内的任何人都是如此，尊重但不盲从。

正能量，泛指包括荣誉、责任、勇气、自律、爱心等在内的一系列正向价值观为核心的精神。而这股精神也不是谁赐予你的，乃是你与生俱来的，它本身就蕴含在你的体内，只是可能有的时候，因为那“障目的一片树叶”使你暂时迷路了。失意的时候，我们需要冷静地思考自己，而不是找各种借口来敷衍自己。更多的是，我们需要一些力量在失意的时候，鼓舞自己，使自己拥有前行的勇气。

很多事情只是当时身临其境时很痛苦，其实回过头来想想也没什么，那些当时你觉得快要了你命的事情，那些你觉得快要撑不过去的境地，都会慢慢好起来。就算再慢，只要你愿意等，它也会成为过去。如果有那些你暂时不能战胜的、不能克服的、不能容忍的，就告诉自己：凡是不能杀死你的，最终都会让你更强大。（What doesn't kill you makes you stronger.）

比如，出国留学考试就是一个极容易让你感觉到“很痛苦”的一个过程，少有人会享受这一过程（学习成绩一贯良好卓越的奇葩儿童不在这个范围）。给大家讲一个过往申请过程中的真实故事，虽然过程悲催到这步田地，结果又如此峰回路转的并不多见，但相信，这个故事折射出的出国留学过程中的“无常”感，对每一个正在准备出国留学的你都有一定的借鉴意义。

那是傍晚时分，我正陪朋友在嘈杂的商场试衣服。

电话响起了，号码是熟悉的，我的一个学生，北京邮电大学的闫同学（这里我只写出学生的学校名，故事是真实的，姓氏是真实的，至于具体名字，出

于对当事人的尊重就此省略了)，我记起我俩约好，一旦他二次考的托福成绩出来，他就打电话给我。

“你的考试成绩出来了吗，有好消息？”接到电话时，我显得比较高兴。

我跟闫同学认识有一年半了，我一直比较看好他。他的各方面申请条件只是一般，但是我非常喜欢这个孩子，也坚信他出国后，会收获不错的未来。比如他大学四年通过自己的努力赚了6万块钱，经常组织一些学校的活动，这之中也成功地拉到外部的商家进校参与活动……总之，这是一个综合素质非常过硬的学生。

“姐，我现在站在天台上，我想跳下去。”小闫的声音有些颤抖。

我怀疑自己听错了，“你稍等一下，我这里比较吵，我换个安静的地方。”

“姐，我妈妈说，除非我考到世界名校，否则就不给我出国的学费，可是她只认识哈佛、耶鲁、哥伦比亚、牛津、剑桥……以她的视野，她只听过这几所学校，可是你知道的，这对我要求太高了，我觉得我完全达不到，所以我想跳下去。”

“也并非完全没可能啊，你第一次托福就考了90多分，再努力一下，只要成绩达标了，其他的姐帮你啊。”多年的工作经验，我自己也深知以他这样一个普通到不能再普通的条件，申请到他刚刚提到的那些世界名校，基本是希望不大，但是我那时想到的也只是先稳住他。

“是么，那姐你答应我了？”

“嗯，你给我详细解释一下，你妈妈对名校的要求。”

“基本上就是美国前二十，英国前五的样子，再低就不行了。”

我此时记起，之前小闫的父母和伯伯一起到我办公室来过。在来之前，小闫支吾地跟我说，他爸妈可能会挑我的毛病，但是我当时根本没放在心上，

家长挑剔一些是值得理解的，我尽量地做好我该做的，把家长心中的疑问都解释清楚就是了。也是从小闫口中得知，这次同行的伯伯是比较有社会地位的，是家里的权威，所以父母拉上伯伯一起来给把把关。在我看来，这是对我，对我工作，更是对孩子小闫的重视。我很高兴。

起初是嫌我的办公室规模比较小，好吧，我承认，我的办公室的确是小，但是因为我每年亲手操作的学生也只有几十个而已，大多也都是因为口碑（朋友介绍，微博，或是媒体的专栏读者等）才找到我，所以很抱歉我目前没有财力租用较大办公室，如果您因为这个拒绝我，我也没法争辩。后来，又怀疑我操作过的学生大多申请到了世界名校的真实性，要我把过往的申请 offer（录取通知书）拿给他们看，三个人一起专注地看了半个多小时。也是小闫后来告诉我，他们不懂英文（因为海外名校的录取通知书基本上没有一个中文字），也就是说他们什么也没看懂（我那时还是安慰小闫，也许至少他们认识 Oxford, Cambridge, LSE and so on……也说不准）。

小闫为家人的“挑剔”显得颇为“尴尬”，但是我却不那样想，我觉得这反而是体现了一个母亲对孩子的负责任，和关怀备至，否则他们也不会大老远兴师动众地跑这一趟，更加不会在走遍了北京大大小小的留学中介公司后，又辗转选择我这个小小留学工作室。

电话那头的小闫，一个大男孩抽泣的声音，把我从回忆中拉回来，“我很怀疑，妈妈她是不是爱我，她为什么老是逼我，什么也不懂……”

“你听我说，你试着在你妈妈的角度考虑一下，或许她只是借此‘逼’你这一下，希望你能考个好成绩，在她心目中，儿子是最优秀的。你在我眼中，也比很多中国小孩子都优秀，我很看好你，我看好你的未来，因为你有不错的能力，我相信你会做出一番事业的。”

“嗯，我自己也是那么认为的，我知道我比其他人强，我是强在社会能



力上，所以我一定可以收获不错的未来，可是眼下，我就觉得自己过不去了……”

“我们姑且做一个最坏的打算，比如你最终没有出国，也不会怎样……”

电话那头的小闫疯狂地叫起来，“不可以，不可以！那一定不可以！”

我意识到这个时候不能把话题往那个方向引，“是啊，你自己都说不可以了，那你还不开始努力么，你有没有努力啊，有没有用尽全力啊？还不快回去复习，站在天台上浪费时间。”

“姐，我知道你是想把我骗下天台，不过你放心，我没事了，我也不会跳下去。我只是忽然有点神经崩溃，所以就给你打电话了。我有努力，我每天特别努力。”

我知道小闫没有骗我，他一定特别努力，我记得上次我俩分开时，这些日子他连给我的电话都少了，我能感觉到那是他在全力地准备考试，“嗯，那就好。”

亲爱的读者们，你们知道接下来的事情是如何发展的么？小闫前后共经历了四次托福考试，分别是 92 分，100 分，104 分，111 分，最后的 111 分是在他所有的成绩都达标后，几乎是在毫无压力的情况下自己偷偷考了一次。但是最戏剧化的部分是小闫的 GRE 成绩，第一次考因为成绩过高，而被 ETS 把成绩取消了。

“Chris，你知道吗，这真是太惨了，昨晚闫刚把所有的申请资料都上传到网上，也就是说他刚刚按下了 ENTER 键后，他就被通知成绩取消了。”同事唐娜清早给我电话。

我第一时间是骂脏话，然后就开始紧张，“奇怪，这小子不会想不开吧，而且为什么不是他第一时间通知我，而是我的同事，不会出事吧。”

唐娜，“你别担心，小闫一大早就到办公室了，现在正在会议室里等你，