

听学长谈美本 预见大学的自己

Original Ivy Labs 美国常春藤教育 2023-08-01 20:04 Posted on 北京

不久前，Ivy Labs在北京举办了年度盛典，庆祝2023届毕业生即将踏上人生新征程。与此同时，盛典再次邀请了2018到2027届的Ivy Labs校友和学生齐聚一堂，彼此学习，坦诚交流。

我们希望通过Ivy Labs独有的生态，为学生和家长构建一个自由交流的平台，将宝贵的真实经验与积极向上的氛围传承下去，真正为学生和家长带来有价值的参考和帮助。为此，本文对活动中6位Ivy Labs学长的精彩分享进行了整理，节选在此。他们用自己的亲身经历，为大家展现了进入大学后不同阶段可能面临的挑战与抉择，勾勒出一幅完整的成长画卷。相信这些真挚的经验和智慧，将为前行的学子们带来信心和勇气，为他们的未来之路点亮明灯。

George :

不管学什么，总有人比你更优秀



Ivy Labs 2022届校友

普林斯顿大学在读，计划主修经济学，辅修应用数学

2022申请季，George成功获得包括普林斯顿、哥大、杜克（全奖）、圣路易斯华盛顿等顶尖学校在内的多枚录取。尽管有着如此耀眼的战绩，但进入强手如林的普林斯顿后，George深深地体会到山外有山，人外有人。

他在讲座中提到，在大学这片广阔的天地里，周围遍布着比自己优秀的人，“不管学什么，总有人比你学得更好”；连他从小练到大最有把握的足球都在社团选拔中惨遭淘汰。

以他的室友为例，这位美国海军的预备队员让George感受到了来自方方面面的碾压。尽管每周3次的训练挤压了学习时间，但他每一个科目的成绩都比George出色，同时还拥有不可比拟的身体素质，因为兴趣将西语练成了母语水平……拥有这样“开挂型”的室友最初让George感到无地自容，大学带给他的种种冲击一度让他迷茫。如果说自己曾经是一个喜欢经济、足球和摄影的学霸，他已经不知道在大学自己拥有怎样的“人设”。

他坦言自己经历了重新调整和适应的过程。他学着换一个角度看待问题，去思考自己到底想成为怎样的人，而不是盲目与别人比较。同时，他渐渐懂得欣赏和珍惜与这些厉害的人相处的机会，激励自己向他们学习。无论在高中有过怎样辉煌的表现，每个人进入大学都是一个全新的开始，重新定位，明确目标，“最重要的是走好自己脚下的路。”

Frank :

拥抱现实与想象的差距



Ivy Labs 2022届校友

乔治城大学在读，主修国际经济专业

读大学之前，Frank从未去过美国。他从公立教育体系成长起来，高中进入国际部。因为疫情，他没能赴美上夏校，也没法实地访校。对于美大学后的生活，他主要从媒体、老师、学长那里获得朦胧的认识。真正入读乔治城大学后，Frank才意识到这些二手信息碎片所构成的想象原现实的差距如此之大。

在Frank的分享中，他谈到原本想象的大学生活，就像Youtube博主们分享的那样恬静又安逸：在美丽的校园中喝喝咖啡享受时光，自由灵活地上课，同学间热情地交流，彼此碰撞着思维的火花。但现实却是，很多日子里他过着教室、图书馆、宿舍三点一线、周而复始颇有些单调的生活。

除了大学，美国文化带给他的冲击更加明显。Frank初到美国时，感觉自己被突然丢入一个语言不通、长相不同的国度，兴奋且紧张。他很快意识到，想要适应在这里的生活，必须主动交流，去了解当地的文化。和很多抗拒美国大学party（派对）的同学不同，Frank认为，party提供了结识更多人、从另一个角度认识美国的机会。他把接触到的每个当地人都当作是了解美国文化的窗口，通过和他们的交流，他对美国有了更多的认识。

他也坦言，适应和融入文化的过程并没有那么简单。他曾试着在宿舍举办茶会，邀请外国朋友们品中国茶，他满怀期待地介绍茶的产地和种类，但获得的反馈却是“茶很烫”。这让他看到文化间的鸿沟并不是三言两语就可以跨过。面对新文化的冲击，往往需要我们怀抱开放的态度对做更多的了解，在知行合一中不断训练自己。

Steven :

不要厌恶你所拥有的资源和人脉



Ivy Labs 2021届校友

以建筑专业录取莱斯大学，后转经济+环境科学双专业

进入大学一年后，考虑到未来回国就业发展，Steven从建筑专业转入了经济+环境科学双专业。尽管莱斯的建筑可以说是一个非常不错的选择但他对行业进一步了解后认为并不适合自己。而在这个过程中，来自各方的信息，无论是教授、学长、实习的前辈，还是父母在相关行业中的友，对他最后做出选择至关重要。

Steven在分享中谈到，他原本也和很多同龄人一样，认为精于社交、拓展人脉是一件功利而让人心生反感的事。但进入大学后，他第一次需要认真为自己的未来考虑。然而，很多事情仅靠自己懵懂的认知根本无从判断，他必须借助他人的经验和智慧才能做出有效的决策。在和不同人的交流过程中，“他们不仅能够分享自己的资源，更会带给你新的思路。”

他专门提到了对于父母这个“资源”的态度转变。尽管从小到大获得了父母无微不至的照顾与无条件的支持，但自己也曾不愿意甚至羞于利用这份资源。随着在大学接触不同的人以及两次实习经历，他渐渐理解了父母当初的一些做法，也意识到父母为自己提供的不仅是

各项保障与支持，还有最大的试错空间，让他有勇气去尝试，不畏惧失败。

如果对于未来你感到迷茫和苦恼，“去主动与父母交流，看看他们能够给你怎样的建议和帮助。”

Chris :

被环境挤压后重新找回立足之地



Ivy Labs 2021届校友

UCLA在读，主修环境科学专业，辅修大气和海洋科学、日语

在UCLA这个以环境舒适、氛围愉快著称的大学，Chris学了自己最喜欢的专业。不同于其他几位学长，他在个人介绍中写上了自己在大学觉得有趣的课：“空气和水污染，海洋物理，GIS制图”，还有他的爱好：“滑雪，围棋，炉石传说”。然而，看到这样兴趣明确、充满热情的介绍，你想象他在大二时也曾被抑郁击垮，在偌大的校园中找不到自己的立足之地。

Chris在分享中谈到了疫情后回归校园的种种不适：虽然课程是凭借兴趣选的，但成绩却不如意；虽然社团种类繁多，但想加入感兴趣的社团却要先通过面试选拔；每天看着学商科的室友西装革履地奔波于社团活动和寻找实习，他为自己宿舍下围棋、打炉石感到不安……他感觉“大学生活就像是错位的拼图，想要的不在手边，拿到手的又不合适。”渐渐地，他陷入抑郁。

帮助他走过那段灰暗日子的，除了学校专业的心理辅导外，还有一个小团体。他在分享中自豪地介绍了名为International Urban Sustainability Student Corps at UCLA（国际城市可持续发展学生团，简称IUSSC）的社团。他在这里找到了志趣相投的伙伴，

凭着兴趣一起进行研究，为城市的环境出一份力。这份小小的成就感也让他找回了自信和归属感。慢慢地，他感到大学生活好像也没有那么糟。

当现场有学妹问到关于未来的打算，Chris坦言自己目前完全没有考虑。但重要的是，他已经知道答案并不是唯一的。

Stanley :

毕业比预想来得更早



Ivy Labs 2022届校友
芝加哥大学在读，主修经济专业

Stanley是从宇宙鸡娃中心——北京海淀一路成长起来的佼佼者，以经济专业录取芝加哥大学。作为一路被呵护着长大的传统意义上的好学生，获得过无数褒奖，却没有经历过什么考验，更不曾栽过跟头、品尝挫败的苦水。但进入大学后，他深刻地认识到，少了身边其他人的引导、督促，太多的事情需要自我规划和管理，而大学四年过得更是快到让人措手不及。

Stanley现场展示的PPT内容只有两句英文：“College life is easier than it seems. (大学生活比看起来的容易)”“The finish line is nearer than imagined. (毕业比预想来得更早)”这两点是他在大学里深有体会的。

他说，虽然在芝大学习朋辈间的竞争压力自不必说，但如果懂得规划好时间，积极主动地利用学习资源，一切也没有看起来那么难。Stanley并不是善于主动与教授交流的人，一次偶然的机会，他去了教授的Office hour请教问题，教授提供了详细的解答和补充说

明，而后他发现教授提供的指导恰恰是之后考试的内容。这让他意识到虽然不是每个Office hour都蕴藏着通过考试的捷径，但主动交流、利用身边的学习资源会让自己少走很多弯路。

经历过网课、gap一年参加实习、回归校园后，如今Stanley面对严峻的就业形势，最大的感触就是毕业远比想象来得更早。他认为，进入大学需要更早地思考和规划未来的方向，把握好关键的时间节点，这样才能更加从容地去面对毕业前的重重挑战。

Lisa :

在大学里“卷”出自己的优势



Ivy Labs 2018届校友

以人类学和考古学录取鲍登学院，后转经济学+东亚研究双专业

目前就职于德意志交易所北京办公室

作为当天唯一一个本科就读于文理学院的学长，Lisa的路径打破了对文理学院的偏见。大四时，她一边忙于找工作一边准备研究生申请后她拿到了两个不错的工作offer和来自哥大、芝大和杜克三所顶尖学府的研究生录取。经过慎重思考，她放弃了读研的选择，而是直接进入公司开启自己的职业之路。

Lisa谈到，大四时她也曾有过对未来的疑虑，文理学院不读研会不会找不到工作？尽管倾向于毕业后直接工作，她还是为自己做好了研究生申请这个后备计划。能够如此从容地做好两手打算，与她“卷王”的称号密不可分。作为一个勤奋自律的人，她在大学始终冲在努力的最前沿，GPA、社团、研究、实习，一样都没落下。

回过头看，她认为无论是求职还是读研，本科在哪里就读并没有大家想象的那么重要。求职方面，她所接触的美资和欧资企业更看重的是实习经历和个人能力。而对研究生申请来说，本科的GPA、研究经历以及来自教授的推荐信则更为关键。经过慎重的考虑，她放弃了名校的硕士offer，选择进入一家欧资金融企业。

Lisa说到，“在纠结未来的选择时，不妨问问自己，为什么想读研？”是为了取得更高的学历从而在找工作时更有优势？还是为了满足家长对于孩子学历的认知与要求？还是真的想要获得学术上的提升？想明白这些问题，就能做出真正符合自己内心的选择。而利用好大学有限的时间锻炼能力，打造个人优势，就能为自己创造做出不同选择的可能性。

精彩继续！深圳场Ivy Labs校友聚会&2023毕业典礼将在8月5日华丽开启。此次活动不仅有2015-2023届的众多校友参加，更有5位学长（大学在读或已经工作）为大家分享上大学之后的成长经验，真挚、实用。他们用切身经历告诉你，如何面对和解决大学里可能遇到的困难。

在Ivy Labs这样一个正能量传递的生态中，学生和家长能够看清目标和方向，获得奋斗的勇气和力量。

作为Ivy Labs校友聚会，本活动仅限受邀嘉宾参加。



相见·预见

深圳场

Ivy Labs 校友聚会 & 2023届毕业典礼

诚邀您参加 Ivy Labs 校友聚会 & 2023 届毕业典礼。

走出疫情的阴霾，2023 届高中毕业生们即将进入大学，开启人生新的篇章。值此之际，Ivy Labs 将为孩子们举办隆重的毕业庆典，一同欢庆幸福时刻！

22 年岁月积淀，Ivy Labs 陪伴了一届又一届学生和家庭。这次聚会，将有 2015-2023 届众多校友前来参与，并有 5 位学长（大学在读或已经工作）为大家分享上大学之后的成长经验，从专业选

择到走出校门的职业发展，从融入生活到对大学资源的充分利用。他们用切身经历告诉你，如何面对和解决大学里可能遇到的困难。

同时，我们设置了自由交流时间，与学长相见，从他们的成长经验中预见最好的自己。Ivy Labs 年度庆典，期待您的到来！

8月5日（周六）下午1:30

深圳希尔顿花园酒店花园宴会厅

（南山区科技路13号）



Sophie | Ivy Labs 2022届校友

高中毕业于英国私立寄宿学校
录取杜克大学数学+音乐专业
今年转学录取哥伦比亚大学

David | Ivy Labs 2022届校友

高中毕业于广东碧桂园学校
录取南加州大学应用数学专业
目前攻读计算机专业（游戏方向）

Sam | Ivy Labs 2021届校友

高中毕业于深圳中学国际部
录取卡耐基梅隆大学商学院商业管理专业
后转计算机专业

Cynthia | Ivy Labs 2018届校友

高中毕业于梅沙书院
本科毕业于普瑞特学院视觉传达和艺术史
秋季入读哈佛大学攻读人机交互硕士

Nina | Ivy Labs 2015届校友

高中毕业于美东私立走读美高

本科毕业于曼荷莲学院经济+艺术史专业
目前任华泰国际投行部经理

以及来自约翰霍普金斯、圣路易斯华盛顿、莱斯、康奈尔、埃默里、UCLA等学校的Ivy Labs校友也将在现场与大家互动交流。

地铁：1号线（罗宝线）高新园站B口出步行700米
驾车：停车场入口如下图



Ivy Labs Education · 美国常春藤教育
根植美国、以人为本、以爱相随

2023 Ivy Labs 申请录取榜

(截至美东时间2023年6月12日)

美国综合性大学Top50

排名	学校	人数
3	耶鲁大学 Yale University	2 REA 1 RD 1
3	斯坦福大学 Stanford University	1 REA 1
-	哥伦比亚大学 Columbia University	5 ED1 1 RD 2 Transfer 2
6	芝加哥大学 University of Chicago	2 ED1 1 RD 1
7	宾夕法尼亚大学 University of Pennsylvania	2 RD 2
7	约翰霍普金斯大学 Johns Hopkins University - 1人录取本硕连读项目 - 转学录取含每年35888美元助学金	8 ED1 4 ED2 3 Transfer 1
10	西北大学 Northwestern University	4 ED1 2 Transfer 2
10	杜克大学 Duke University	2 RD 2
13	范德堡大学 Vanderbilt University - 2人获6000美元奖学金	5 ED1 1 RD 2 Transfer 2
13	布朗大学 Brown University	2 RD 2
15	莱斯大学	7

15	Rice University	ED1 1 RD 6
15	圣路易斯华盛顿大学 Washington University in St. Louis	8 ED1 2 ED2 3 RD 3
17	康奈尔大学 Cornell University	4 ED1 1 RD 1 Transfer 2
20	加州大学伯克利分校 University of California - Berkeley	10 RD 10
20	加州大学洛杉矶分校 University of California - Los Angeles	13 RD 13
21	卡内基梅隆大学 Carnegie Mellon University	5 RD 5
22	埃默里大学 Emory University - 1人获总额超过10万美元的奖学金	6 ED1 2 ED2 1 RD 3
22	乔治城大学 Georgetown University	7 RD 5 Transfer 2
25	密歇根大学安娜堡分校 University of Michigan - Ann Arbor	9 EA 6 RD 2 Transfer 1
25	弗吉尼亚大学 University of Virginia	14 ED1 1 EA 11 RD 2
25	南加州大学 University of Southern California - 1人获校长奖学金11.825万美元	15 EA 3 RD 12
25	纽约大学 New York University - 2人录取Stern商学院 - 2人录取Tisch艺术学院	21 ED1 5 ED2 2 RD 14
29	北卡罗来纳大学教堂山分校 University of North Carolina - Chapel Hill	10 EA 10
29	佛罗里达大学 University of Florida	1 Priority 1

32	塔夫茨大学 Tufts University	ED1 1 ED2 3 RD 2 Transfer 2	8
32	加州大学圣塔芭芭拉分校 University of California - Santa Barbara		23 RD 23
34	加州大学欧文分校 University of California - Irvine		34 RD 34
34	加州大学圣地亚哥分校 University of California - San Diego		22 RD 22
36	罗切斯特大学 University of Rochester - 1人获8000美元校长奖学金	ED1 3 ED2 1 RD 8	12
36	波士顿学院 Boston College		7 RD 6 Transfer 1
38	加州大学戴维斯分校 University of California - Davis		50 RD 50
38	德州大学奥斯汀分校 University of Texas - Austin		2 Priority 1 RD 1
38	威斯康星大学麦迪逊分校 University of Wisconsin - Madison		10 EA 8 RD 2
41	波士顿大学 Boston University		14 RD 14
41	伊利诺伊大学香槟分校 University of Illinois - Urbana-Champaign	EA 18 RD 7 Transfer 1	26
41	威廉玛丽学院 College of William and Mary		4 RD 3 Transfer 1
44	佐治亚理工学院 Georgia Institute of Technology		3 EA 1 RD 2
44	凯斯西储大学 Case Western Reserve University - 1人获8.2万美元奖学金 - 2人获6万美元奖学金	ED1 1 EA 9 RD 5	15

44	东北大学 Northeastern University	21 EA 8 ED2 2 RD 11
44	布兰戴斯大学 Brandeis University	6 RD 6
49	佐治亚大学 University of Georgia - 录取Morehead荣誉学院获7.6万美元奖学金	1 EA 1
49	俄亥俄州立大学哥伦布分校 Ohio State University - Columbus	8 EA 4 RD 3 Transfer 1

* 以上排名参考US News 2023全美综合大学排名

美国文理学院Top50

排名	学校	人数
1	威廉姆斯学院 Williams College	1 RD 1
4	斯沃斯莫尔学院 Swarthmore College	1 RD 1
5	韦尔斯利学院 Wellesley College	1 RD 1
6	卡尔顿学院 Carleton College	1 RD 1
9	克莱蒙特麦肯纳学院 Claremont McKenna College	1 ED1 1
11	明德学院 Middlebury College	2 RD 2

13	史密斯学院 Smith College - 获总计超过12万美元的Zollman奖学金	1 RD 1
13	瓦萨学院 Vassar College	1 RD 1
15	汉密尔顿学院 Hamilton College	1 Transfer 1
18	巴纳德学院 Barnard College	1 Transfer 1
18	里士满大学 University of Richmond	4 EA 4
18	哈弗福德学院 Haverford College	1 ED1 1
18	卫斯理安大学 Wesleyan University	4 ED2 1 RD 2 Transfer 1
18	科尔盖特学院 Colgate University	1 RD 1
24	科尔比学院 Colby College	1 RD 1
25	贝茨学院 Bates College	1 RD 1
29	哈维穆德学院 Harvey Mudd College	1 RD 1
31	肯扬学院 Kenyon College	2 RD 2
33	匹泽学院 Pitzer College	1 ED1 1
33	圣十字学院 College of the Holy Cross	1 RD 1

33	斯克利普斯学院 Scripps College	1 RD 1
36	曼荷莲学院 Mount Holyoke College	2 ED2 2
37	西方学院 Occidental College - 奖学金140000美元	1 RD 1
39	拉法特学院 Lafayette College	1 RD 1
39	富兰克林马歇尔学院 Franklin & Marshall College	1 RD 1
39	欧柏林学院 Oberlin College	1 RD 1
45	迪堡大学 DePauw University	1 EA 1
-	里德学院 Reed College	1 EA 1

* 以上排名参考US News 2023全美文理学院排名

美国艺术、传媒、工程、商学院

学校

人数

艺术院校

罗德岛设计学院 Rhode Island School of Design	1 RD 1
艺术中心设计学院 ArtCenter College of Design	1 EA 1

帕森斯设计学院 Parsons College of Design 2

帕林斯设计学院 Parsons School of Design **3**
- 3人获奖学金6.4万美元 EA 2 RD 1

普瑞特艺术学院 Pratt Institute **2**
- 奖学金10万美元 - 奖学金8.8万美元 EA 2

芝加哥艺术学院 School of the Art Institute of Chicago **2**
- 奖学金8.8万美元 - 奖学金4万美元 EA 2

加州艺术学院 California College of the Arts **2**
- 奖学金10万美元 - 奖学金8万美元 EA 1 Rolling 1

视觉艺术学院 School of Visual Arts **4**
- 奖学金3万美元 EA 3 Rolling 1

传媒院校

爱默生学院 Emerson College **9**
- 3人获得奖学金4万美元 ED1 1 EA 6 RD 2

商学院

巴布森学院 Babson College **2**
EA 2

本特利大学 Bentley University **1**
RD 1

建筑学院

雪城大学建筑学院 Syracuse University School of Architecture **3**
ED1 1 RD 2

音乐学院

伯克利音乐学院 Berklee College of Music **3**
- 奖学金2.3万美元 - 奖学金8000美元 EA 3

洛杉矶音乐学院 Los Angeles College of Music **1**
- 奖学金1.8万美元 RD 1

英国、加拿大、澳洲院校

学校	人数
英国院校	
帝国理工学院 Imperial College London	3
伦敦大学学院 University College London	4
爱丁堡大学 The University of Edinburgh	4
伦敦国王学院 King's College London	4
伦敦政治经济学院 The London School of Economics and Political Science	1
曼彻斯特大学 University of Manchester	4
华威大学 University of Warwick	3
利兹大学 University of Leeds	1
诺丁汉大学 University of Nottingham	1
纽卡斯尔大学 Newcastle University	1
思克莱德大学 University of Strathclyde	1
约克大学 University of York	1
加拿大院校	
多伦多大学 University of Toronto	22
-奖学金2万加元 1	
-奖学金1.5万加元 1	
-奖学金7500加元 1 -奖学金3000加元 1	

麦吉尔大学 McGill University

-奖学金3000加元 1

2

皇后大学 Queens University

2

滑铁卢大学 University of Waterloo

-奖学金5000加元 1

3

西安大略大学 Western University

2

香港院校

香港大学医学院 LKS Faculty of Medicine
The University of Hong Kong

1

■ 美国升学专业解决方案请咨询 ■

美国私立中学申请咨询



Ella老师

美国本科申请咨询



● 华北华东地区及海外咨询
滕老师



● 华南地区及海外咨询
叶老师

美国研究生申请咨询



叶老师





美国常春藤教育
源自美国本土的精品教育顾问

中美两地联合办公
北京·深圳·美国纽黑文

公司网站 | www.ivylabs.cn
联络邮箱 | info@ivylabs.org

[点击阅读原文查看Ivy Labs详细介绍](#)