

我在公立国际部的3年：如何在内卷的趋势下另辟蹊径？

菁kids上海 2022-07-29 09:30 发表于上海

以下文章来源于TD北美留学进化论，作者126

----- 点击“菁kids上海”关注+星标★ -----





留学圈真的越来越卷了！现在的申请季似乎人人都抱着n个国际大奖、超高的标化分数，还有那些优质的活动资源加持；就连初三学生托福能冲击110+的也比比皆是。

不卷？还有出路吗？

今天的申请故事就采访到了一位“躺平”选手。托福没上110，ACT/SAT直接选择test-optional，竞赛一年只参加两个，且一直认为“选择比努力更重要”。下面让我们一起来看看他的“躺平”思路吧！



#我的背景#

录取院校：波士顿学院 **Boston College**

专业方向：生物 **Biology**

所在高中：某一线城市普高国际部

标化：托福**106**，多邻国**135**、AP微经**4**、AP宏经**5**、AP生物**5**、AP微积分**BC4**

竞赛：USABO金奖、CTB全国一等奖

主要活动：流浪动物救助、篮球队队长、新生互助交流会、个人自媒体平台运营

1 别被他人带节奏

申请就像一场马拉松，每个人的配速不同，节奏也不同。有人在3小时就能跑到终点，可有的人在迫近6小时的时候才冲线。有的人需要很多能量补给，但有的人也许需要几瓶水就够了。

所以，整个申请过程中，有自己的规划很重要，被他人打破节奏才是大忌。我仍然记得在高二的时候，因为疫情原因，海外SAT考试宣布取消。我们学校为大家争取了考ACT的考位，当时很多同学争相报名，生怕自己再次错过了考试的机会。



当时托福仅仅90+的我就犹豫了：ACT到底要不要考？虽然内心的冲动总想让我随波逐流，但最后理智还是战胜了冲动，我选择继续备考托福，直接放弃学ACT，主要有以下两个原因：

首先，我的托福还没有达到可以申请大学的分数，**托福备考还是我的首要任务**。如果同时学习GAC，备考ACT和托福，很可能两个考试都无法获得较好的成绩。

其次，当时很多大学已经宣布2021-2022申请季的学生依然可以采用Test-optional政策，**ACT并不是申请的必要条件，托福才是**。事实证明，最后“跟风”考ACT的同学大多没有拿到十分满意的分数，也没有递交给大学。



Test-Optional Admission

有时候，选择比努力更重要。每个人都有自己独一无二的申请规划，坚持自己本来的计划，不被他人的选择打乱节奏，才是一个理智的申请人。

2 竞赛活动有取舍

通过对我活动和竞赛的观察，大家不难发现，我的活动和竞赛数量都比较少，但都还算拿得出手。这也是我想说的第二个点，**活动和竞赛可以“少而精”**。

把一两个活动做持久、做好，比泛泛地参加七八个项目要更有优势。参加活动的時候，可以努力去充当团队中的重要角色，或者努力对团队做出贡献。最好不要参加很多社团和活动，却一直在活动中划水。



另外，**做活动要尽量持续地进行**，比如我列在前文的几个活动，最少都持续了两年。参加活动时间也可以让招生官看出你对它的热爱和恒心。持之以恒地参加活动也能在过程中发掘有意义的故事并写进文书里。

我主要的竞赛只有列在文中的这两个。作为一个“懒人”，我参加竞赛的策略是，一年主攻1-2个竞赛。一年只主攻两个竞赛可以减少准备竞赛的压力，把精力更加集中地放在一两个竞赛上。

在入学的第一年我参加了CTB，第二年主要参加了和自己专业相对口的USABO。在报名竞赛时，可以多考虑自己目前的情况。比如报名USABO时我正在学习AP生物，这两者之间有很多重合内容，让我备考竞赛时节省了很多时间和精力。

总之，竞赛活动要找到自己感兴趣的、和自己专业对口的、或者含金量较高的来做，持之以恒地输出会让招生官对你更有好感！

3 好资源需要我们去发现

申请中很多竞赛和活动的资源都是需要自己去发掘和发现的，并不是所有好的资源都会直接分享到你手里。去和其他大佬竞争抢夺那些稀有的活动名额，不如另辟蹊径。下面就来分享一下如何自己发掘优秀资源：

校内资源

其实学校内就有一些优秀的隐藏资源，但是老师并不会把每一个活动都直接公布。这时候就需要我们对和自己专业相关的活动多加关注。

大家可以随时向科任老师询问，或者向升学指导老师咨询。比如我的高中就和一些国内大学有生物的相关联合项目，包括水质污染、植物杂交等。我通过和老师的交流了解到了这些活动，并有选择地参加。



除此之外，做活动时可以尝试寻求学校官方的帮助。比如我创办的新生交流会，最开始只是在十几个人的小范围中举办。经过和学校老师的协商，第二年我把新生交流会搬上了学校的平台，招募了超过200个同学参加。学校官方的推广可以让活动变得更有影响力，也能推动活动的后续发展。

校外资源

校外资源也常常需要我们自己去发现。首先可以关注一些网络上的招募信息，比如别人已经有了很好的活动想法，想要寻找志同道合的合作伙伴。如果你也对这类活动感兴趣则可以选择直接加入。

另一种是通过了解别人的活动给自己带来启示。比如我们在外网上看到了一个活动创意，可以尝试将它进行改良并在自己的学校或者community内推行。

4

如果有迈不过去的坎，换条路走

托福一直是最让我头疼的部分。从90+努力学到106之后，我很难把分数提得更高。在托福反复的折磨下，我的GPA开始有所下滑，对申请的信心也越来越不足。我想：如果真的考不过，不如就先躺平吧。



于是，在距离申请还剩一个月的时候，我放弃托福，专攻多邻国考试。**虽然多邻国没有托福的认可度那么高，但是它时间短并类似于闯关模式的考试形式更适合我。**

在备考多邻国15天后，我顺利拿到了135分成绩。作为托福的辅助，它能有力地作证我的英语水平，获得大学的认可。

在申请季中，一定要懂得变通。被困难的任务卡住是很搞心态的，有时候不如换个方式达到目的。

5 小众学校确定不考虑下？

内卷的精髓就是人多，没有人怎么可能卷起来呢？所以每年申请季内卷最严重的学校无非就是那些爆火的女神校：比如NYU、BU、UC系学校等等，都是每年中国留学生最喜欢申请的学校。

在第一轮申请中我选择了申请Emory University，很不幸，在我所在的这所大佬云集的高中，Emory也是一所爆爆爆火的大学选择，至少有五个人申请了它。作为各项指标都不够出色的我来说，遗憾落榜是必然的。

在ED2轮次的申请中，我决定先暂时不关注那些人人争抢的大学，而是关注一些比较小众但教学质量同样优秀的学校。在榜单中我一下就锁定了Boston College，一所低调但是本科教育一流的大学。BC在我们学校可以算是冷门中的冷门，两三年几乎都没有人申请。



在多番比较下，我最终在ED2申请了BC，并最终成功上岸。

当然，我并不是鼓励大家要放弃自己的梦校来选择一些竞争力较小的学校。毕竟申请季有很多很多轮次，可以用ED轮来冲击自己的梦校，用EA或者RD校的名额申请竞争力稍小的学校。

6 写在最后

我一直认为选择比努力更重要。我的整个高中和整个申请季都不算过得太累，因为我在大部分时间都做了对自己来说比较“正确”的选择。躺

平不等于不努力，而是把比较少的精力投入到几件事中，并耐心地把这几件事做好，既没有让自己过于劳累，也让自己付出的每一分精力都有了回报。

除了防止内卷，我还想告诉大家无论在什么时候都不要对自己失去信心。在准备申请的三四年中可能会遇到很多困难和否定，但是一定要少对自己说“完蛋我没学上了”，多对自己说“继续努力，还有时间”。

希望大家都可以规划好自己的申请，做出正确的选择，被理想的大学录取！



-End-

▽扫描二维码添加菁小沪
加入菁kids大家庭！



// 推荐 · 阅读 //

点击图片阅读

//练网球就最好不要练拳击？原来选运动项目还有这么多门道！

点击图片阅读

//从哈佛到麦肯锡，标准成功范式背后，是她不盲从于人的自我探索

点击图片阅读

//暑假又想出去玩又想躲空调？首选当然是亲子酒店啦！

