



个人陈述: 关于自我的重要文书

亲爱的忠实读者们：

每年这个时候，12年级的学生都在认真思考如何达到大学的要求。一些大学要求学生写可怕的“个人陈述”，这会让最自信的学生都感到害怕。学生们会想象自己精心制作的申请会因为个人陈述第四段中的一个动名词错位而失败。好消息是，学生应该已经具备了完成这一任务所需的大部分信息和知识。毕竟陈述是相对个人的，所以它应该包括一些关于他们自己的信息，但也许更重要的是与他们申请的大学（或专业）相关。



对于学生来说，第一步是了解他们申请的大学是否需要个人陈述。这取决于大学所在的国家或地区以及学生申请的专业。例如，香港理工大学要求学眼科的学生提交个人陈述，但是建筑科学则无此要求。加拿大的大学很少要求个人陈述，但申请多伦多大学辅助医学专业的学生可能需要提交个人陈述。必要时，大学通常会给出一些关于个人陈述长度的指导方针，并对基础内容提出建议。大多数大学都没有明确规定写什么，也没有规定用哪种格式；但是我们可以将个人陈述分为两大类：

1. 专业导向型陈述-这种陈述主要关注学生感兴趣的学术领域以及他们为什么喜欢它。英国和香港的大学通常需要这种类型的陈述。
2. 个人导向型陈述-这种陈述专注于为什么他们会成为该大学学生群体中的优秀一员。美国的大学需要这种类型的陈述。



此外，要考虑学生是向多所大学发送同一陈述，还是向每所大学发送不用版本的陈述。英国的大学收取的个人陈述是不分学校的，所以提及任何一所大学的名字都是不明智的。同样，美国的个人陈述也是面向所有大学的，所以不应该提及任何一所学校的名字。香港的申请比较独特，每所学校都要求学生提供针对本校的申

请。以香港为例，学生应该从搜索他们感兴趣的专业开始，并在写作时做笔记以供参考，在陈述写作中可以融入对该专业的深入了解。

专业导向型陈述

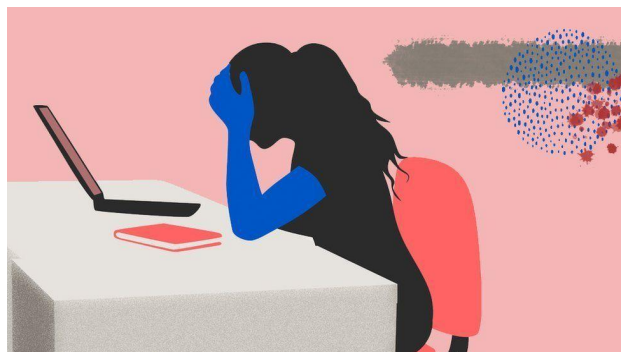
现在我们来看看学生在他们的个人陈述中应该写些什么：

1. 洞察力
 - a. 展示出对所选领域的深刻理解。
 - b. 阐明撰写陈述过程的巨大收获。
 - c. 不要只理解其他作者的论点；综合并对比不同作者的观点和你自己的观点。
2. 求知欲
 - a) 参与课程之外的项目/活动。
 - b) 表现出能专心致志地独立学习的能力。
 - c) 表现出对学科范围内不同的主题兴趣，但要表现出特定的专业知识。
3. 文书的质量
 - a) 在结构和语言方面能做到引人注目。
 - b) 在你的写作中能表现出独特的观点。
 - c) 有技巧的将材料和论点融合在一起。
4. 真实性
 - a) 整个文章要构思周密、深思熟虑。
 - b) 将个人的经历与对不同问题的见解联系起来。
 - c) 避免陈词滥调，不要显得自命不凡，避免夸张。

个人导向型陈述

为美国大学写的个人陈述应该类似于“茶余饭后”。大学感兴趣的内容：

1. 能从中了解你的生活。
2. 能从中深入了解你的价值观。
3. 能从中深入了解个人的成长
4. 能对学生的才智有一定的了解



学生应该在文书的开头做到能吸引读者的注意力。引言也应该和文章的结尾有一定的联系。在整个写作过程中，应该有一个反复论述的中心主题。结论应该展示学生一些独特的和个人的东西。“从苦难中学到深刻的道理”就是一个很好的例子。但是尽量避免陈词滥调，这些内容太过笼统，可能会被很多学生应用。

学生在开始写这类文章时遇到困难是很常见的。我给出的建议是，首先列出不同的主题，然后通过有意义的方式将这些想法结合起来，构思出一个故事。学生们可以想想生活中让他们感到兴奋、让他们大笑、感觉真实的故事，或是他们愿意与梦想中的大学的院长分享的事情。另外没有人愿意听你几年前上初中时的故事，所以尽量选取你的近况进行阐述。尽量避免夸张、避免过多阐述父母和祖父母的内容。重点应该始终放在学生自己身上。

结束语

无论学生写哪种类型的文章，关键的一点就是要真实。大学招生人员的职业敏感度很强，他们不想看到一篇明显是研究生写的文章。虽然有很多服务机构会承诺给你的孩子写出最好的文书，但我认为最重要的还是要诚实。让学生尽他们所能可能地写好作品，然后让专业人士检查文书的结构、清晰度和内容。祝您孩子好运！

我们下次再见！

Kevin Jones

升学顾问