

目录

【Read me】	1
【北美篇】	1
【日韩篇】	2
【欧陆篇】	3
【澳洲篇】	5
【国内篇】	6
【FAQ】	6

abstract: 文编理润, 核心出装健身/小语种, 德法日三个社会看你更 prefer 哪一个! 三个都很适合家境一般的做题家, 但难的是在一大大二就了解到这些信息并做决定开始学语言, 我走过的坑希望民大后人不要再犯。

【Read me】

muc warning: 本指南仅供学习交流使用, 提及的自救方法皆为合法手段, 由此产生的非法手段及其不良影响, 原作者概不负责。

本指南适用于希望通过留学途径得到外国身份的民大学生, 目的是减少信息差帮助民大学子实现人生价值。

请按照你的所属学院和家庭条件选择一个 case 然后跳转。

Case 1: 理院、信工、生环推荐全文阅读

Case 2: 家庭年收入 20w 以上的管院, 经院推荐跳转【北美篇】【欧陆篇】

Case 3: 不是上述 case 但有决心, 能吃苦推荐跳转【日韩篇】【欧陆篇】【澳洲篇】

Case 4: 维族、藏族同胞推荐重读【Read me】

Case 5: 其他所有 case 推荐跳转【国内篇】

【北美篇】

1. 为什么是北美? 难度和回报率如何?

正在阅读指南的你, 我的朋友, 我们应该庆幸民大没有出现在美国的 10043 禁令高校中, 没有在青年时期的懵懂中缺失赴美的可能性。Why NA?

生活方面, 很多人说美加澳人类之光, 宽敞的人均居住面积, 高昂的工资, 低廉的肉奶蛋使其成为了喜爱挣钱的国人天堂。另外, 只需要英语的优势也使全世界优秀人才趋之若鹜, 也使其成为最卷, 难度最高的地方。(从这里可以看出, 对于家境一般的民大学生来说, 小语种绝对是一个非常好的捷径, 因为英语基本全世界都学所以会卷。) 同时也是国人第一去向国, 是真正能勉强算你来了就能把这里当家的地方, 排华没有欧陆严重。

然而，现在在美国要么 phd 读天坑但发文多的专业，要么读 cs phd，citation 能超过 500 还算有个 eb1 的可能性，要么和公民或者绿卡持有者结婚，其它路线可以说办个绿卡 10 年起（美国绿卡排期是按出生地来划分的），综合来看如果你的最终目标只是拿到身份的话不建议来美国，finance 类哪怕 stem 也都不好找工作，现在有二硕甚至三硕的中国人也是不计其数，普通人其实读完书也很难留，但不影响它的回报率非常大。

至于加拿大，可以大致想象成一个门槛更低，福利更好，治安更好的美国。笔者所在的 2024 年加拿大已经被印度占领，学签被严重压缩，房价和物价已经涨高了不少了，安省和 bcnpn 的打分政策也在快速调整中。

2. 我在大学期间应该怎么做？

北美的最大门槛就是 GPA，尤其是对于大陆本科的同学，近几年的申请难度水涨船高，同时对科研经历、实习经历也有一定要求。大学期间最好找老师做一段时间 RA (Research Assistent)，能发一些论文最好，无假期研学可找大厂运营岗实习。

美国方面，只靠做题翻身，你的最终目标一定是美国全奖 Ph.d。99%的 Ph.d offer 会附带奖学金，包揽你在美国读书期间的学费和生活费，相当于不花钱！如果本科申不上 Ph.d 只能走 ms 还想润美，那么恭喜你喜提百万级别的学费和生活费。这条路径只适合做题圣体，热爱科研的人，因为 Ph.d 的毕业率只有 50%。（但其实也不用担心，如果毕不了业但通过了其中的 ms 学位考试，也能保底获得一个 ms 学位不亏）

加拿大方面，建议从大一开始学习法语，走魁北克的 PEQ 项目。（个人心中有家底普通人最佳路径）魁省不行了还能去法国曲线救国。

另外，对所有国家尤其是北美这种难留的，我一律建议大学期间多健身然后去目标国婚绿，欧美找对象看身材胜过看颜值。别笑！婚绿绝对是所有路径中最稳最轻松的！

3. 时间和金币（所有金币都是总预算，不是每年预算）

美 200 个起步，加 50 个起步，全奖随意，ms 两年，Ph.d 四五年。

身份方面，美国非 stem 尽量多发 paper 走 eb1 能四年，stem 走就职路线能拿 OPT（实习签证）留三年，这三年期间等 H1B（工作签证）中签大概 11.6% 概率，然后申请 PERM 或 NIW 等，完整的一套流程下来至少十年。（建议婚绿）

加拿大安省和 bc 省打分够了就等捞，PEQ1-3 年。

【日韩篇】

1. 为什么是日韩？难度和回报率如何？

如果你是王佐，女性或 LGBTQ+ 群体那么日韩可能不那么适合你！（当然至少比我们强）更低的女性地位和更保守的社会环境反而会吸引很多中国劳保。

日本是小语种三宝之一，花费极低且入关可合法打工（海关会协助发给你一些打工的资料，这点非常友好）一周合法打工时长为 28 小时，最低时薪 50r，能覆盖生活费。日本距离中国近，如果是独生子女很方便回国探望。日本最大的缺点工资不高，但治安，房价，医疗，饮食这些都是世界顶尖水平，由于肤色相仿自己和后代也能比较好地融入，因此如果不用工作的话生活质量综合就是第一，马云、王思聪都选择来日本养老，综合人均可支配，工作环境/WLB 来说不如欧洲。

就现状而言，日本仍然是国人去向第三大的选择（实际上第一大，因为普通人有能力留在美国的没几个，第二大是朝鲜族去的韩国）

韩国方面，不推荐非朝鲜族去，朝鲜族无脑冲，就不多说了。

2. 我在大学期间应该怎么做？

这里也分两个 case:

如果你觉得自己能吃苦，那么 GPA 能提多高就提多高，可以走日本 SGU 申请制拿到 offer，这样就不用考试直接申请就有书读，下面推荐几个：东京大学 TMI，东京工业大学 IGP-C，早稻田大学 IPS。（分别对应三个难度：其中 TMI 最难，日本申请天花板难度；IPS 最简单，GPA 够 3 就要）只要 GPA 够高你很容易申请到。

如果你希望享受大学生活并且做题不行，那么 GPA 就不重要，毕业旅游签直考修士即可，直考不看 GPA 且民大出身校够用了。那么大一至少要把微积分，线代，概率论这三门要学好，我称为“数学三件套”。几乎所有修考都要考数学，所以他们的泛用性是最高的。专业课方面，可以到大四结合自身条件，选择意向学校后再去准备，推荐看知乎经验贴。选校定位对民大学生的建议是：东大/京大（冲），其他旧帝大（稳），地方国公立（保），

下面推荐几个究极冲刺校，都是就业非常好的：生环同学可以冲东京大学新领域专攻 cbms，信计统计同学可以冲东京大学数理情报学，京都大学数理情报学，东京工业大学数理·计算科学，经院同学可以冲一桥大学社会数据科学专攻 SDS。

下面再推荐几个究极保底校，就业口碑不差的：奈良先端 (NAIST)，北陆先端 (JAIST)，两所类似日本的中科院，会津大学（这个学校只有计算机专业），都在高才加分名单上。

最后还想补充一句，能逃离东亚内卷的话，就尽早逃离吧。东亚国家多少还是会有点集体主义的糟粕在的，欧美更加强调个性一些。

3. 时间和金币

5 个就能起步但要打满工，20 个以上能比较滋润，读两年。

身份方面，来读修士的话走高才最快两年拿永驻，发达国家中最好拿的，并且未来随着日本老龄化少子化还有放开趋势。

【欧陆篇】

1. 什么是欧陆？难度和回报率如何？

本指南所指的欧洲边界大概为布达佩斯，往东并不是古典意义上的欧洲。欧陆是人类发展指数最高的大陆，近现代科学，艺术和文化的奠基，如果对这些有追求的话那么你在欧洲绝对能生活的非常幸福。此外欧洲尤其是德国的工作生活平衡 (WLB) 仍然是全球领先。

为何本指南将欧洲所有国家贯通来讲？原因在于欧盟这一 bug 级的存在，这使得南欧的意大利、西班牙或者匈牙利在回报上大于日本。you have choice: as a EU citizen, 你去瑞士拼钱也行，你去西班牙意大利享受美食阳光海滩都 okay，申根签证可以让你在欧洲自由通行、工作、定居。更重要的是，你不用“享受”日本的职场文化，思乡了大把的假期去旅行就是了。

德国方面，德国的工作时间是全球最短之一，一周平均仅工作 25 个小时。法律规定年假（不包括双休等）的最低标准为 20 个工作日，但实际中绝大多数人的年假都是 30 个工作日。（不然招不到人）德国员工在休假过程中生病时，还可以将病假与年假抵扣。德国的工资也比较高（虽然税重存不下来多少），2024 年以后在德国新移民法的第一阶段中，大幅降低了蓝卡的最低年薪要求，从 5.84 万欧元降至 4.38 万欧元（合 343,698.6 人

民币),大降了一万多欧元。对于大部分民大学生来说,德国大概率是日本之外的最优选择。

法国方面,了解不多但不免学费,英语普及程度不如德国,工资和WLB不如德国,治安也不如德国,因此笔者后续就没有考虑了,但法国会比德国好融入,毕业比较简单,而且文科和艺术更加发达一些。(不过德国的哲学也很棒,黑格尔尼采都是我的偶像。)

2. 我在大学期间应该怎么做?

如果你还没有入学民大或者仍然是大一大二,那么我建议你用高考成绩或目前的GPA直接申请/转学欧陆的本科!因为英语比较普及的国家(瑞典、芬兰)的ms申请要求已经比较高了,能早日离开民大就早日离开。当然北美也可以这么操作,欧陆比北美好的一点是政策相对会稳定一些且花费低,沉没成本不会很高。

我对普通背景民大学生的建议是在德法日三个国家中选择一个你更倾向的社会,因为他们的投入和回报基本上是一致的,没有哪一个绝对更优一说。尽量在大一就确定好目标,因为要学小语种所以越早越好。

德国方面,好消息是APS(一个专门审核中国学生的面试)可以用德适分数抵偿了,因此未来德国可能成为新热门。且德国对传统理工科人才友好,但AI等新工科较弱,生环、理院的同学有福了。德国ms申请不怎么看GPA保证80即可,主要是看课程匹配度,鉴于民大有很多选修课不开放其实你没得选,多半无法跨专业只能读本专业,那么尽量在语言上多下功夫。(这里有一点补充,信计专业跨到计算机是可能的,因为德国的数学和计算机方向很近几乎在一个学院下面)德国毕业难度很高,课业压力很大,尽量在国内把语言学透,但是德国学历在全欧洲都很吃得开。以留下为目的推荐考德福读德授,而不是考雅思托福读英授,法国同理推荐读法授。选校方面,民大学生对着TU9申请就可以,有钱推荐TUM,没钱推荐RWTH。如果很缺钱可以去搜索提供助教岗位的硕士生项目,能赚生活费还能巩固课后知识。

人们常说欧美欧美,其实欧和美的差距非常大,做题很有天赋的话第一选择仍然是北美。欧洲语言尤其是德语,对中国人来说比日语难,但是毕业后就是好日子了。德法日都很适合家境一般的做题家,但难的是在大一大二就了解到这些信息并做决定开始学语言。

3 时间和金币

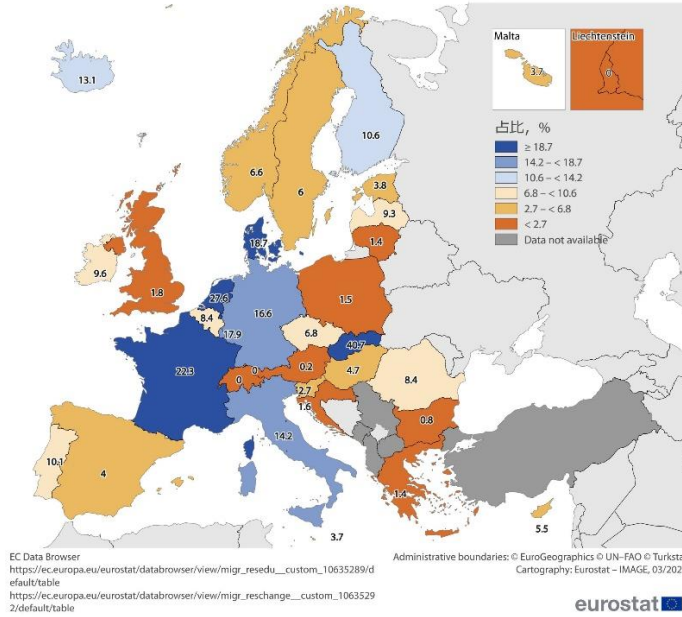
德国免学费仅需要生活费,20个起步,大概率读三年以上。

法国20个起步,读两年。

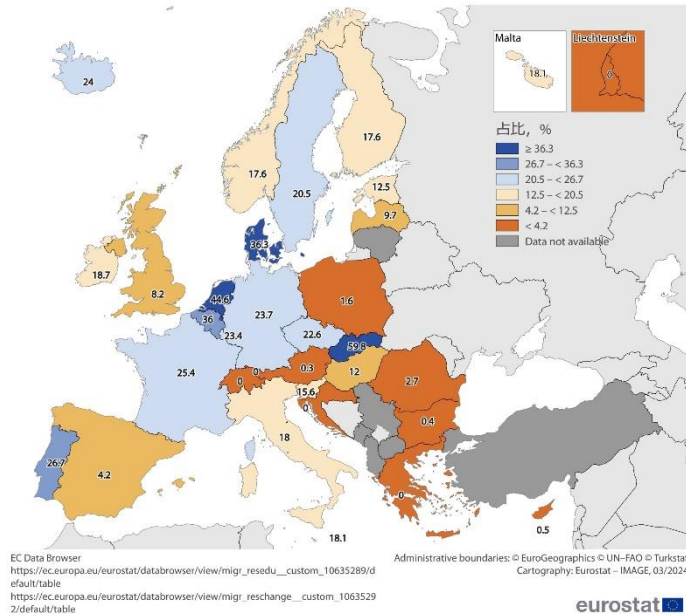
身份方面,德国蓝卡够工资要求,语言好一年就可以拿,法国看面试比较随缘。

留下找工成功的概率可以对比中国人和印度人的学签转工签比例图,印度人基本都是全力开润的,应该比较接近真实的成功概率。

中国人学签转工签占学签签发比例
 制于2024，取近五年平均值，其中瑞士取近三年平均值



印度人学签转工签占学签签发比例
 制于2024，取近五年平均值，其中瑞士取近三年平均值



【澳洲篇】

1. 为什么是澳洲？难度和回报率如何？

上文提到过的人类之光之一，人均居住面积全球第一，天气好，喜欢户外运动的 e 人天堂，蓝领天堂，也是小瘤水学历最多的地方，大部分毕业就被迫回国。

澳洲现在的难度能与美国相比，变化非常快，因此就不多说了，对于民大学生来说不建议去。如果能忍受做三宝专业（护理，幼教/中教，社工）和高昂的前期费用，那么可以冲并且做蓝领比做白领要赚钱。其他，治安等各方面都没问题离中国还近，除了排

华比较严重这个缺点是真正的完美社会，导致其他专业卷爆，只有本国人不愿意做的三个垃圾专业最好拿身份。

三个专业踩雷点：护理端屎端尿还容易传染就不多说了，幼教要管小孩，中教要对付澳洲 teenager，社工要调解社区关系，都不是轻松的工作，好在薪资没有差平均水平很多甚至还能高一些。

2. 我在大学期间应该怎么做？

打算走三宝的话，本科期间需要把雅思练到 7788 的程度，专业课完全不需要学，GPA 高低都可，我们的目标是能就业就行。如果金币不够大学也可以打工多攒点钱，信计统计同学可以试试走数学中教这条路，因为难度较高所以目前还是一片蓝海，语言和金币过关的话留下来相对轻松。生环就不建议读生物中教了，没有数学老师吃香而且护理勉强算对口，文科专业比如民社读社工也算专业对口了，读三宝拿到 PR 之后再转行也是可行的，人生是旷野，不是轨道。

3. 时间和金币

50 个起步，读两年

身份方面，打分政策变化非常快尽量读偏远省份的三宝专业，然后等捞。

【国内篇】

1. 我在大学期间应该怎么做？

从大一开始，文科刷行测申论，理工科自学转码。

【FAQ】

1. 金币是什么意思？

1 金币 = 1 万元人民币，业内常用术语。

2. 金币是什么意思？

其他信息指路：Reddit: [r/lwanttorun](https://www.reddit.com/r/lwanttorun) [r/runtojapan](https://www.reddit.com/r/runtojapan)

笔者联系方式 微信：EastSeren Email: yirongyiburong@gmail.com