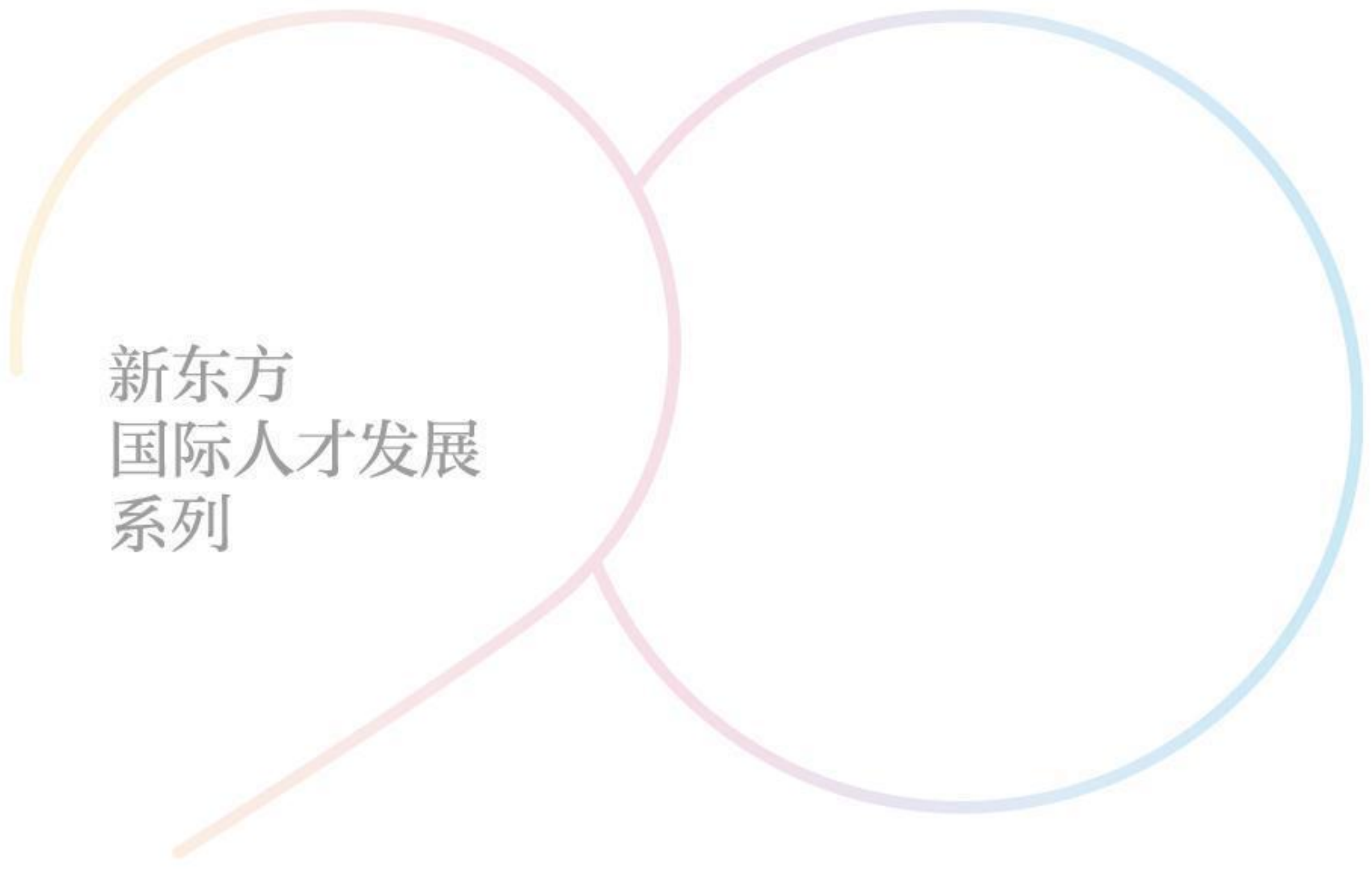




新东方
国际人才发展
系列

中国学生 出国留学发展报告

REPORT ON CHINESE STUDENTS' OVERSEAS STUDY



2026 中国留学新风向

PART 1 · 谁在主导这场留学热？

PART 2 · 哪些方向成留学“香饽饽”？

PART 3 · “卷”的时间线又提前了？

PART 4 · 预算成本走高，留学不“香”了吗？

PART 5 · 毕业去向抉择，留还是回？

PART 6 · 2026年，留学为何仍值得？

PART 1

谁在主导这场留学热？

留学不再是精英专属！这群人正在改写赛道规则

(单位：%)

本科生撑起“半边天”

63%占比创12年新高 · 继续深造是核心驱动

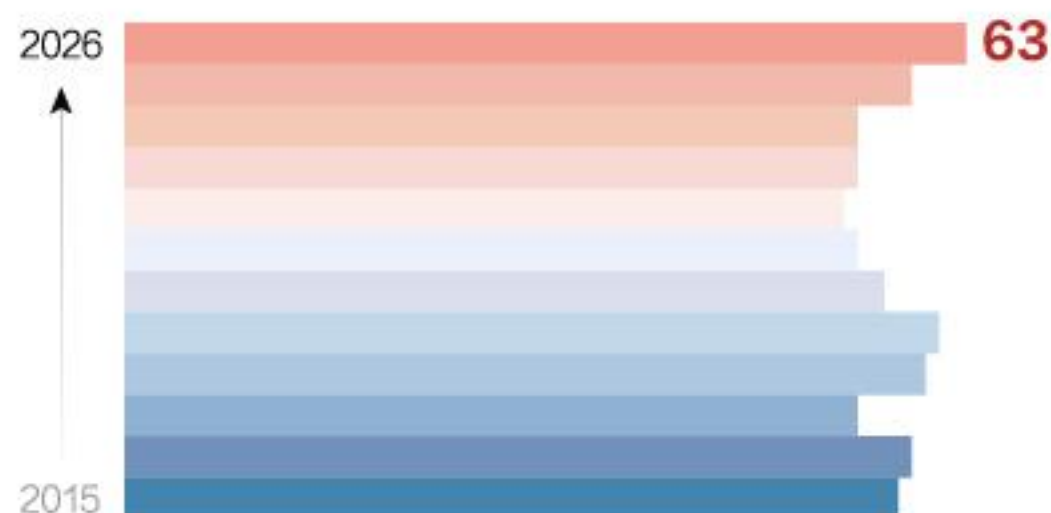
意向留学生在读阶段



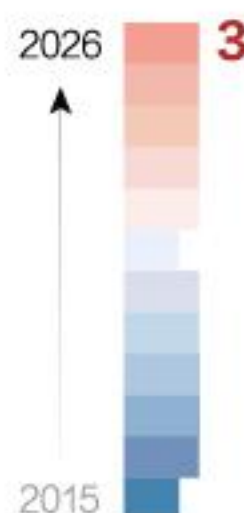
77% 本科及以上阶段

中小学阶段 23%

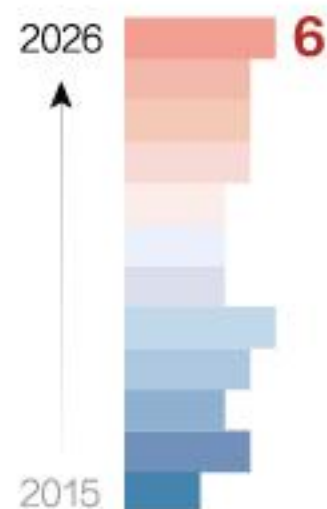
本科



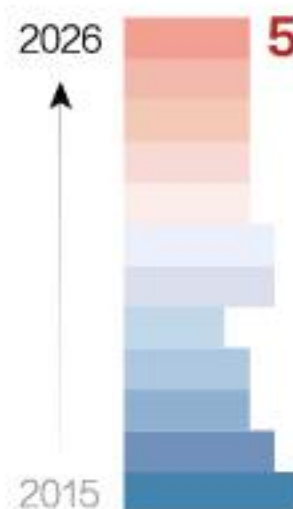
小学



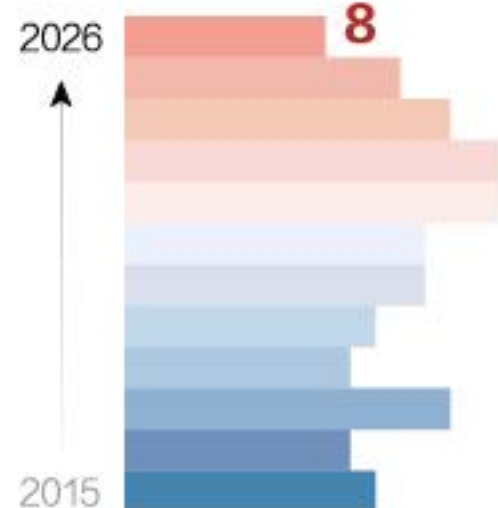
本科以上



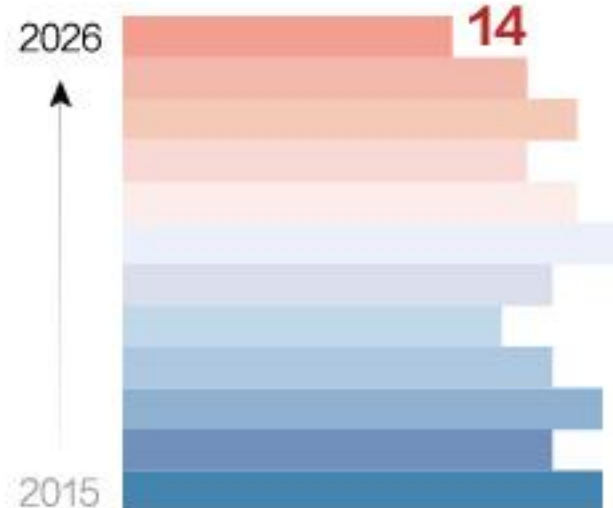
初中



已经毕业



高中



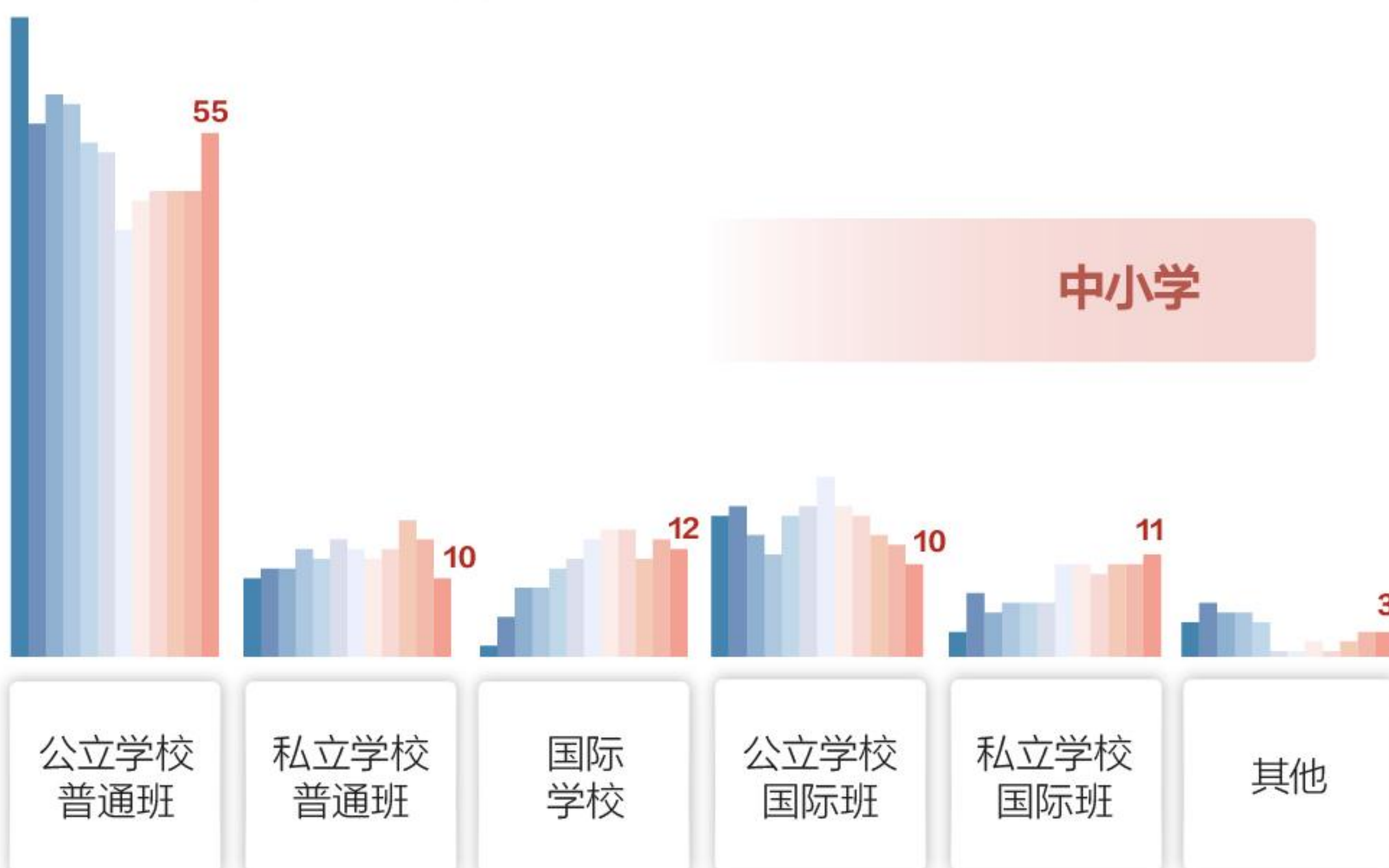
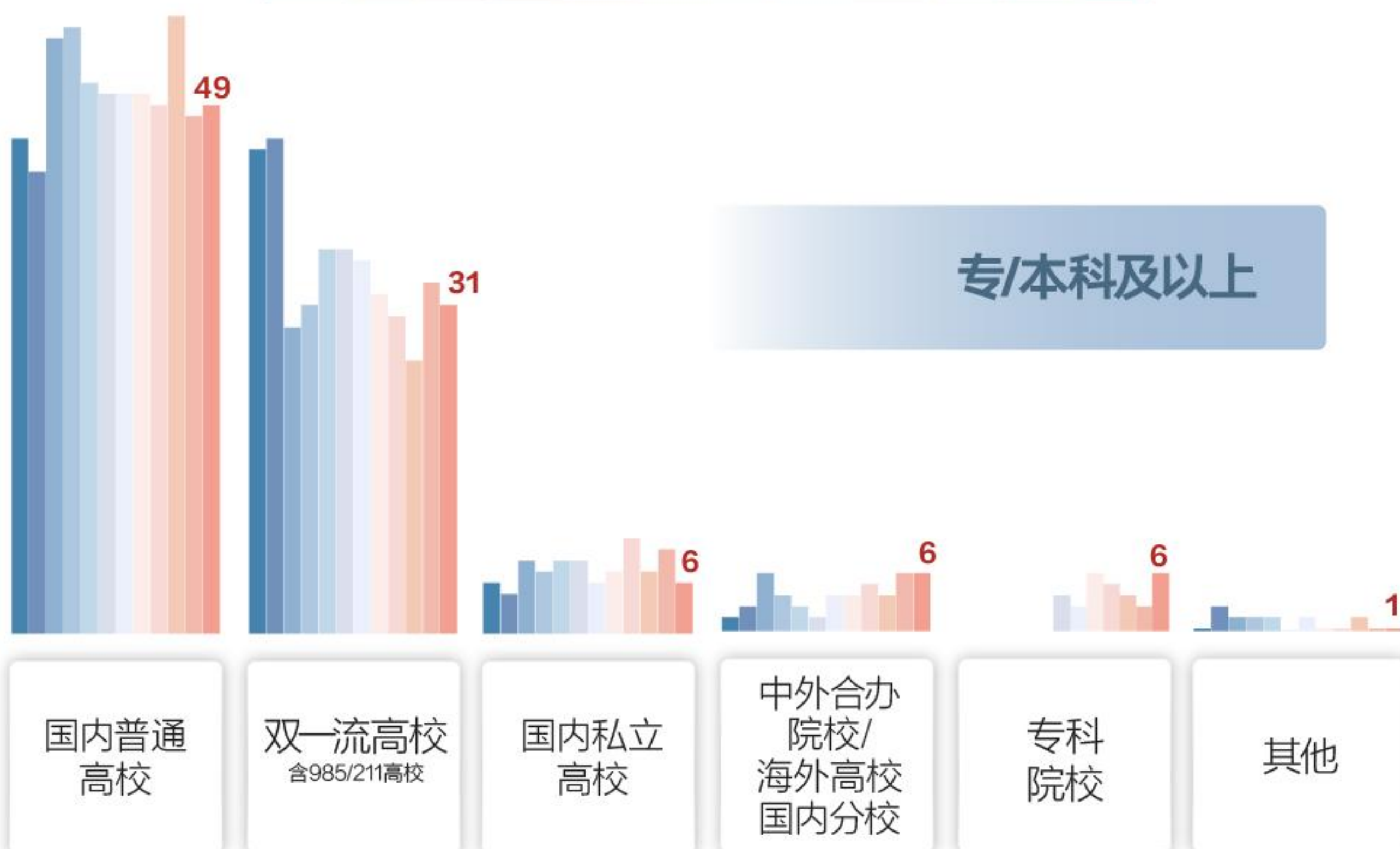
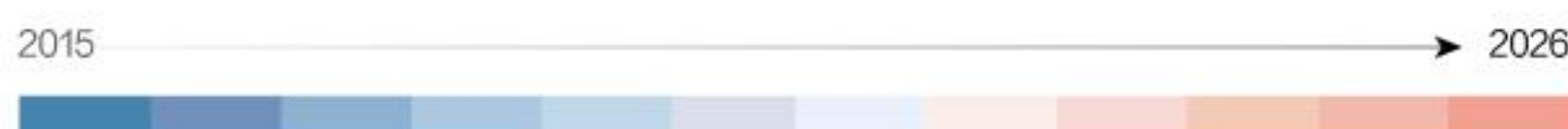
本科在读学生留学意向占比63%，创12年新高。加上硕博群体，高等教育阶段留学意向合计占比高达77%，“继续深造”依然是留学的第一驱动力。

(单位: %)

打破学历天花板

普通院校学生是留学主力
锚定赛道实现学历提升

意向留学生目前就读的国内学校类型

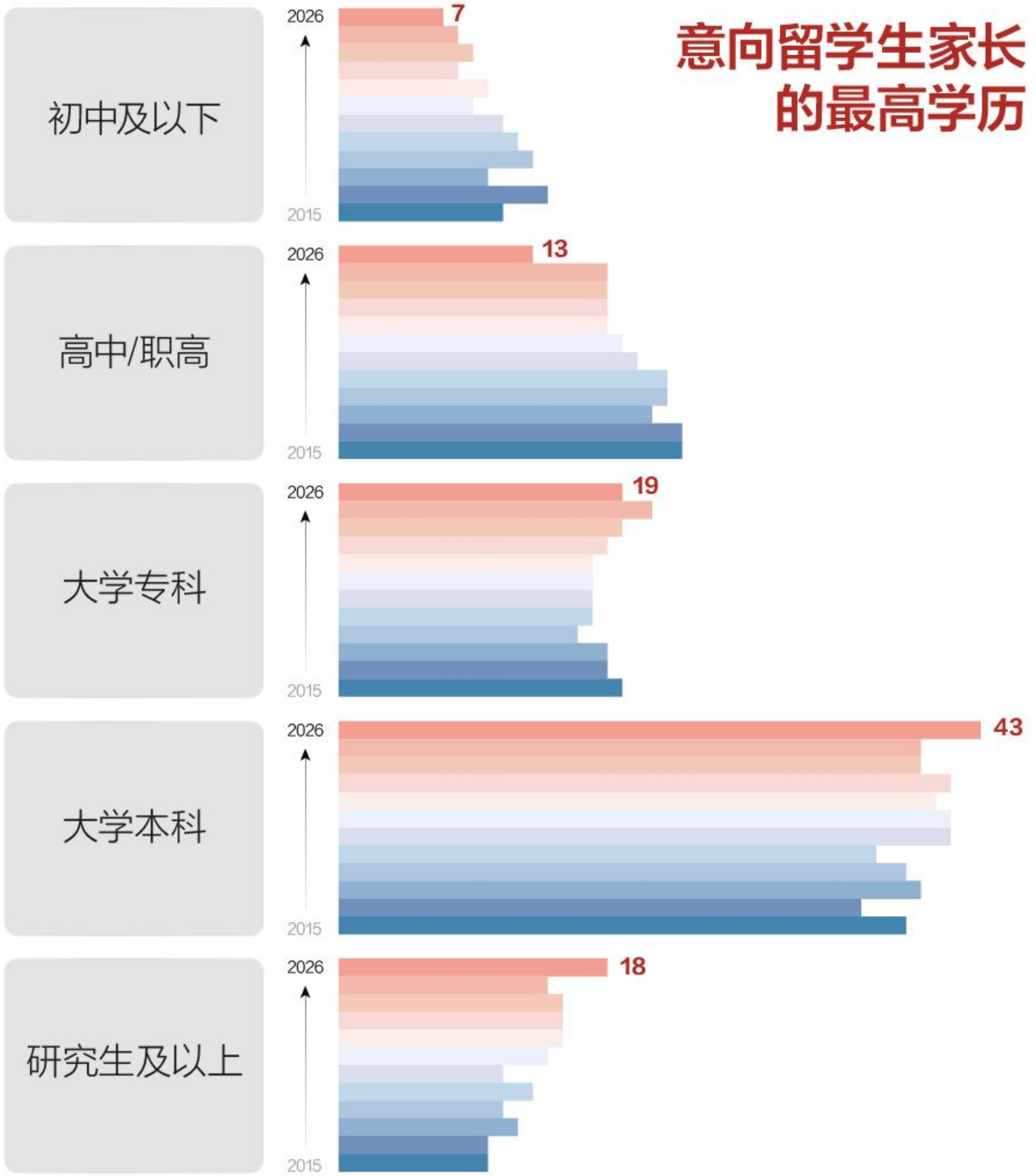


普通高校意向留学生占比49%长期居首，中小学阶段公立普通班占比55%。留学成为普通学校学生获取优质教育资源、实现“学历进阶”的重要路径。

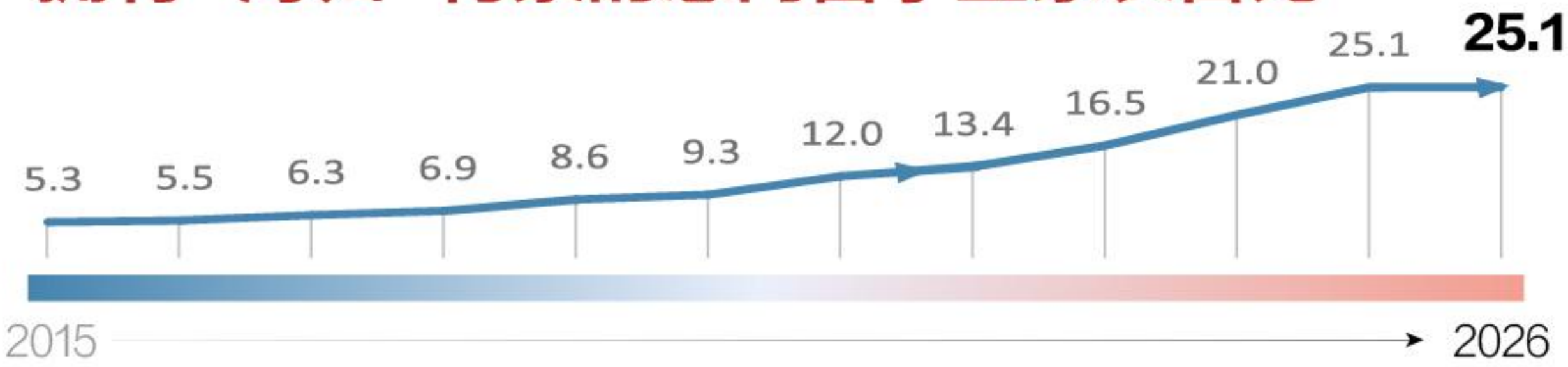
高知家长加持

(单位：%)

超60%本科及以上学历家长
复制国际化教育基因



拥有“海归”背景的意向留学生家长占比



本科及以上学历家长占比超60%，达历史新高，拥有“海归”背景的家长超25%。家长的高层次教育经历为子女留学提供认知基础与资源支持，推动家庭教育国际化。

PART 2

哪些方向成留学“香饽饽”？

留学择校逻辑变了！热门密码藏在趋势里

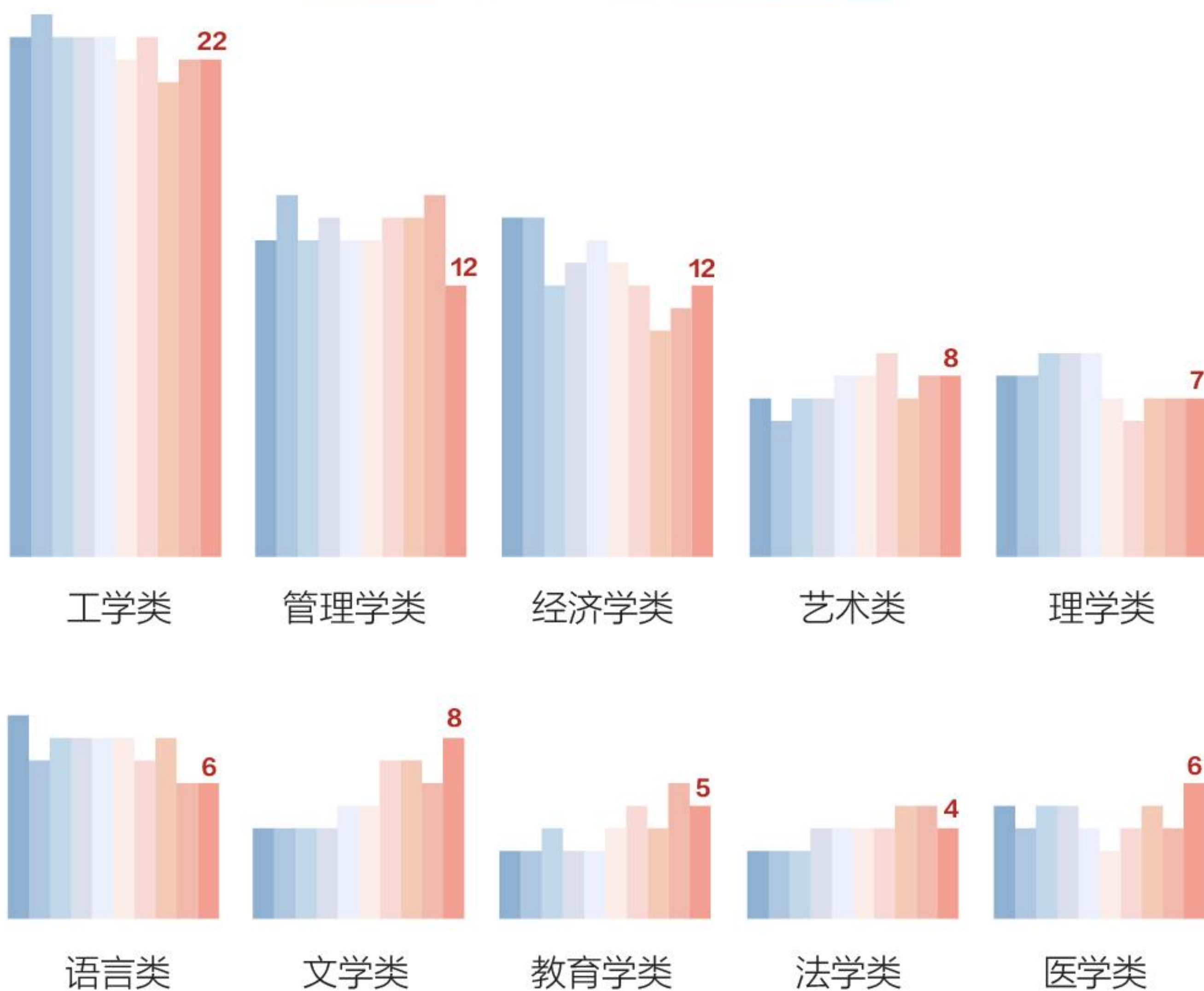
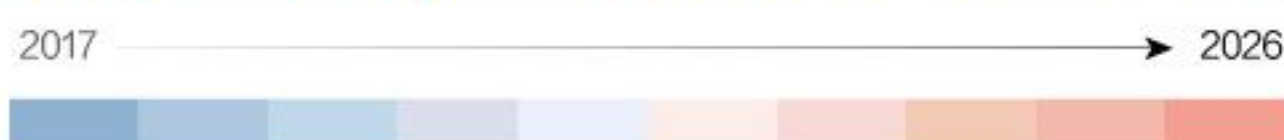
(单位：%)

专业风向标

经济学连续三年上涨至12%

工科的“全球通行证”依然硬核

意向留学生目前就读的专业 TOP 10



工科专业持续十年领跑留学申请，经济学专业近三年持续走高，占比升至12%。全球化竞争推动不同专业背景学生选择留学深造，构成更为多元的申请格局。

目的地大洗牌

英国霸榜七年

中国香港首进TOP 2

意向留学生倾向的留学国家/地区排名 TOP 10

	2026 ◀ 2015											
英国	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2
中国香港	2	3	4	3	3	5	8	5	5	6	8	5
美国	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1
澳大利亚	4	4	3	4	7	6	4	3	4	3	3	4
日本	5	5	8	6	5	4	5	7	10	7	6	9
新加坡	6	6	9	7	6	7	7	8	8	10	5	8
加拿大	7	8	5	5	4	3	3	4	3	4	4	3
德国	8	9	7	8	8	8	6	6	6	5	7	6
法国	9	10	6	9	9	9	9	10	9	9	10	10
新西兰	10	(14)	(13)	(11)	10	10	10	9	7	8	9	7

英国连续七年稳居榜首，中国香港2026年首次跻身第二。近12年来香港凭借地缘、安全及语言优势排名持续上升，美国受政策影响降至第三。

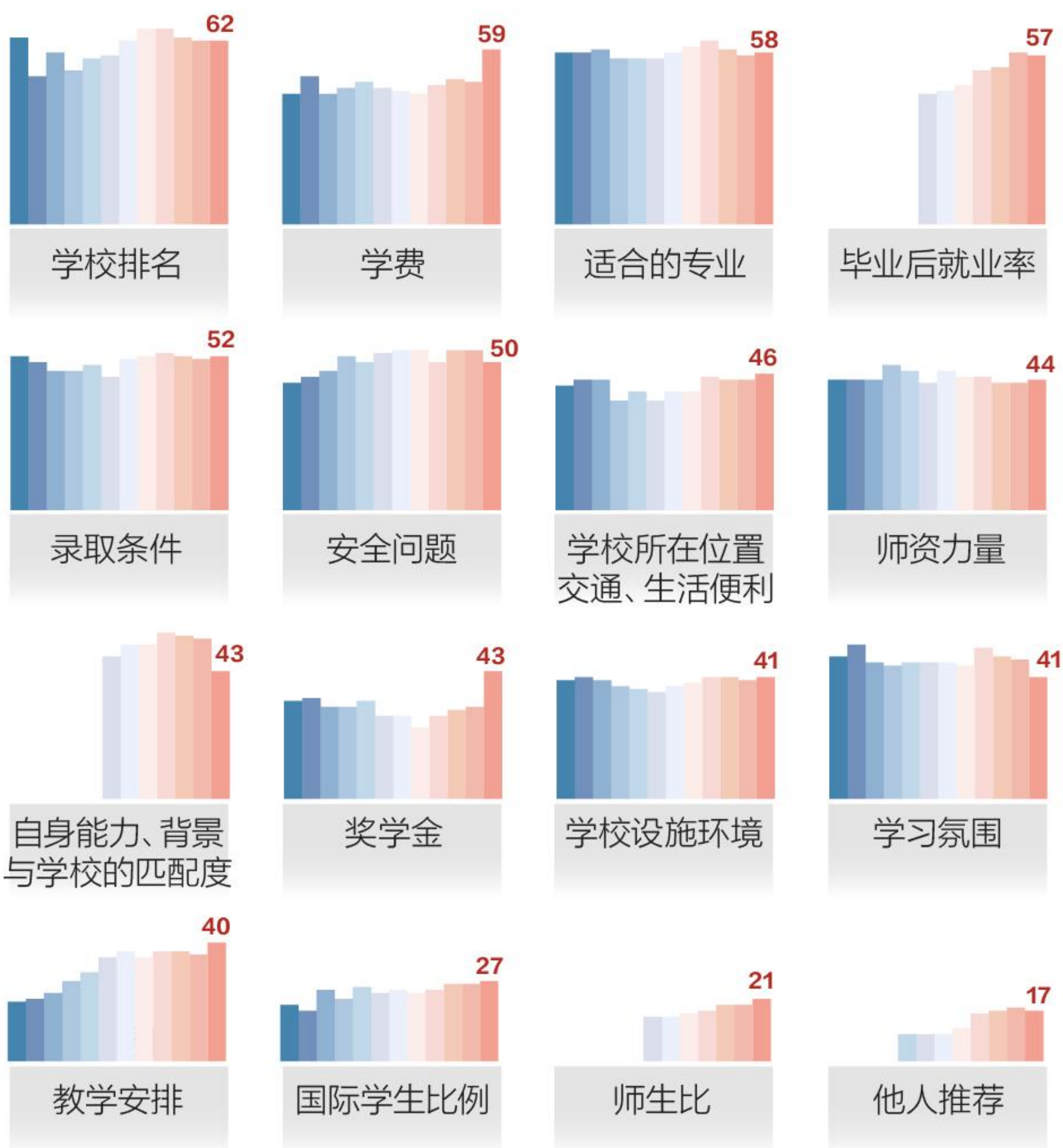
(单位: %)

择校逻辑转变

学费跃升第二因素

性价比打败“名校情结”

意向留学生选择院校的考虑因素



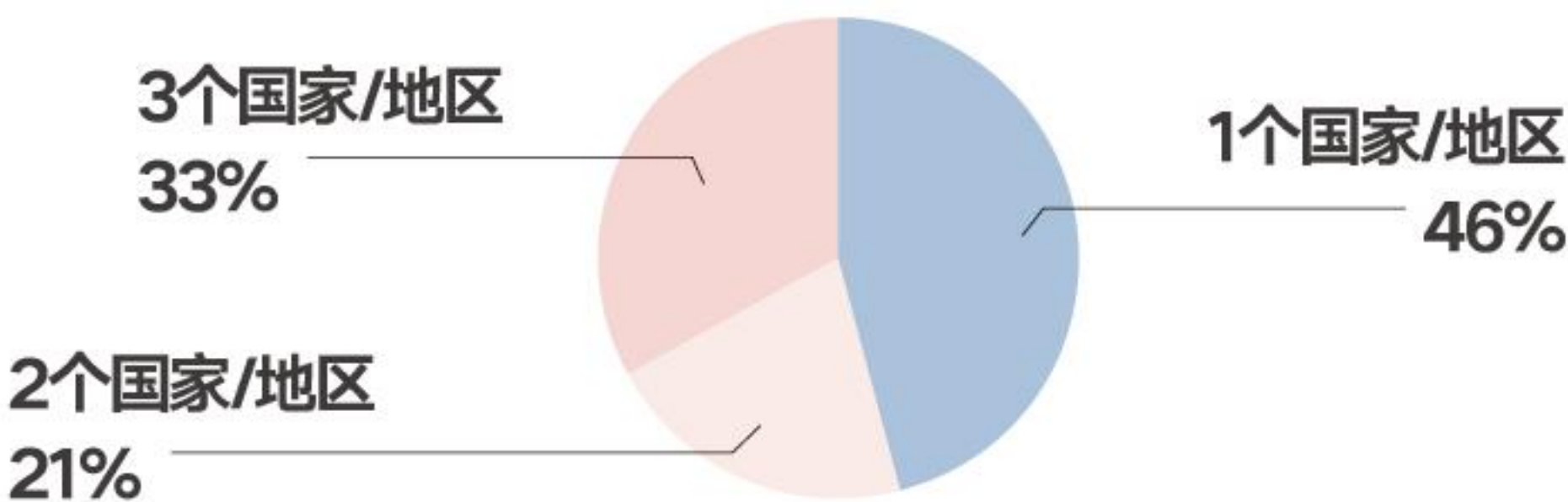
受经济环境影响，学费跃升为第二大择校因素，奖学金也被纳入考量。学校排名、专业和就业率关注度依然高，反映留学家庭在追求优质教育资源的同时更注重成本与性价比。

(单位：%)

联申成主流

不把鸡蛋放在一个篮子里
是这届留学生的风险意识

意向留学生倾向申请的留学国家/地区数量



意向留学国家/地区选择TOP 12

	选1个国家/地区	选2个国家/地区	选3个国家/地区
英国	16	34	38
中国香港	10	29	35
美国	13	21	30
澳大利亚	8	17	23
日本	12	11	20
新加坡	5	16	25
加拿大	4	10	14
德国	4	7	12
法国	3	5	13
新西兰	2	6	11
中国澳门	2	7	10
韩国	2	6	10

超半数意向留学生计划同时申请2~3个国家 / 地区高校，英国、中国香港、美国成为联申热门搭配。“全球联申”策略能有效降低政策风险，提升申请效率，拓宽择校的弹性空间。

PART 3

“卷”的时间线又提前了？

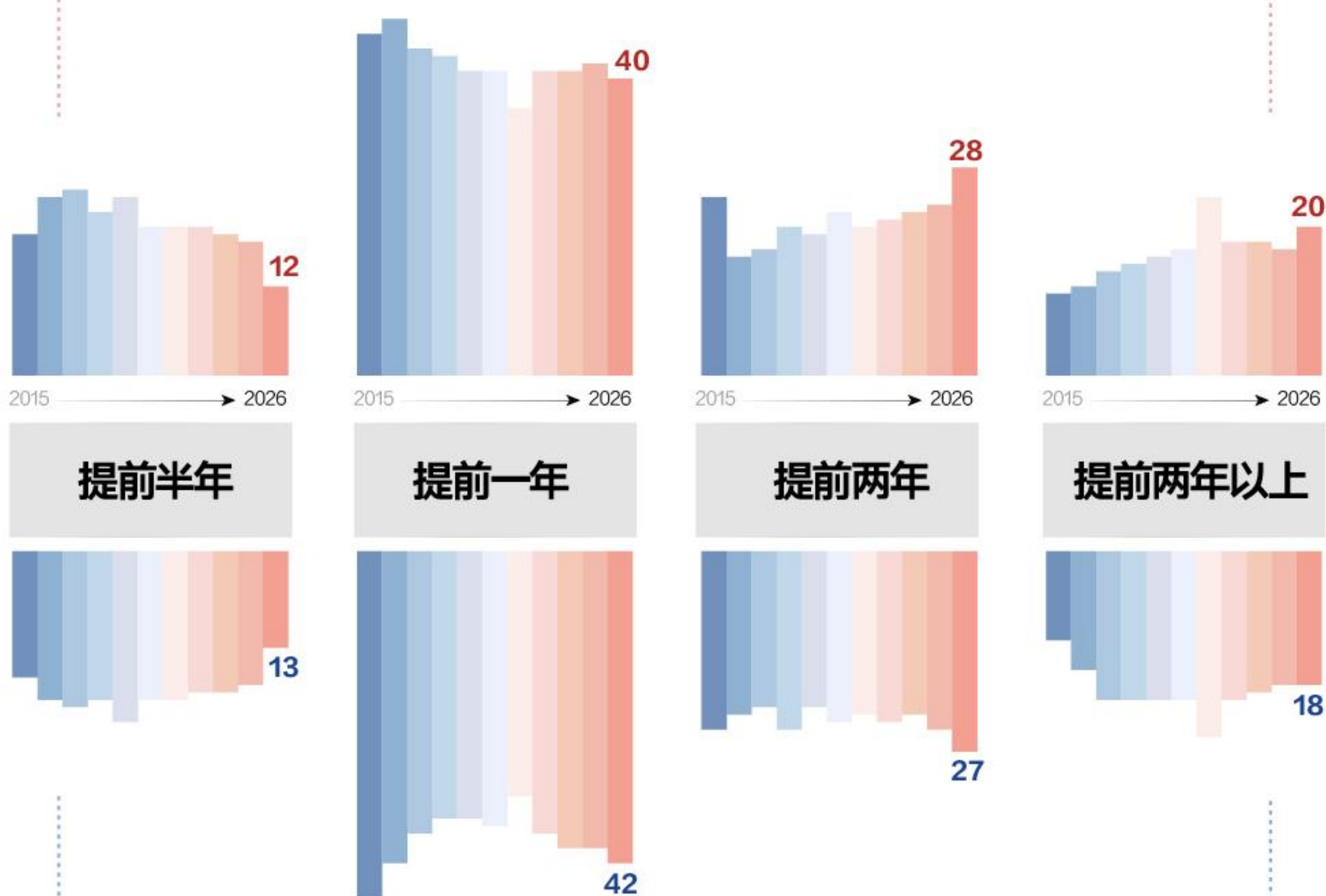
提前起跑，这些准备才是加分项

(单位：%)

筹备周期拉长

近半数人提前两年准备
留学进入“长跑时代”

意向留学生留学申请的准备周期



意向留学生留学考试的准备周期

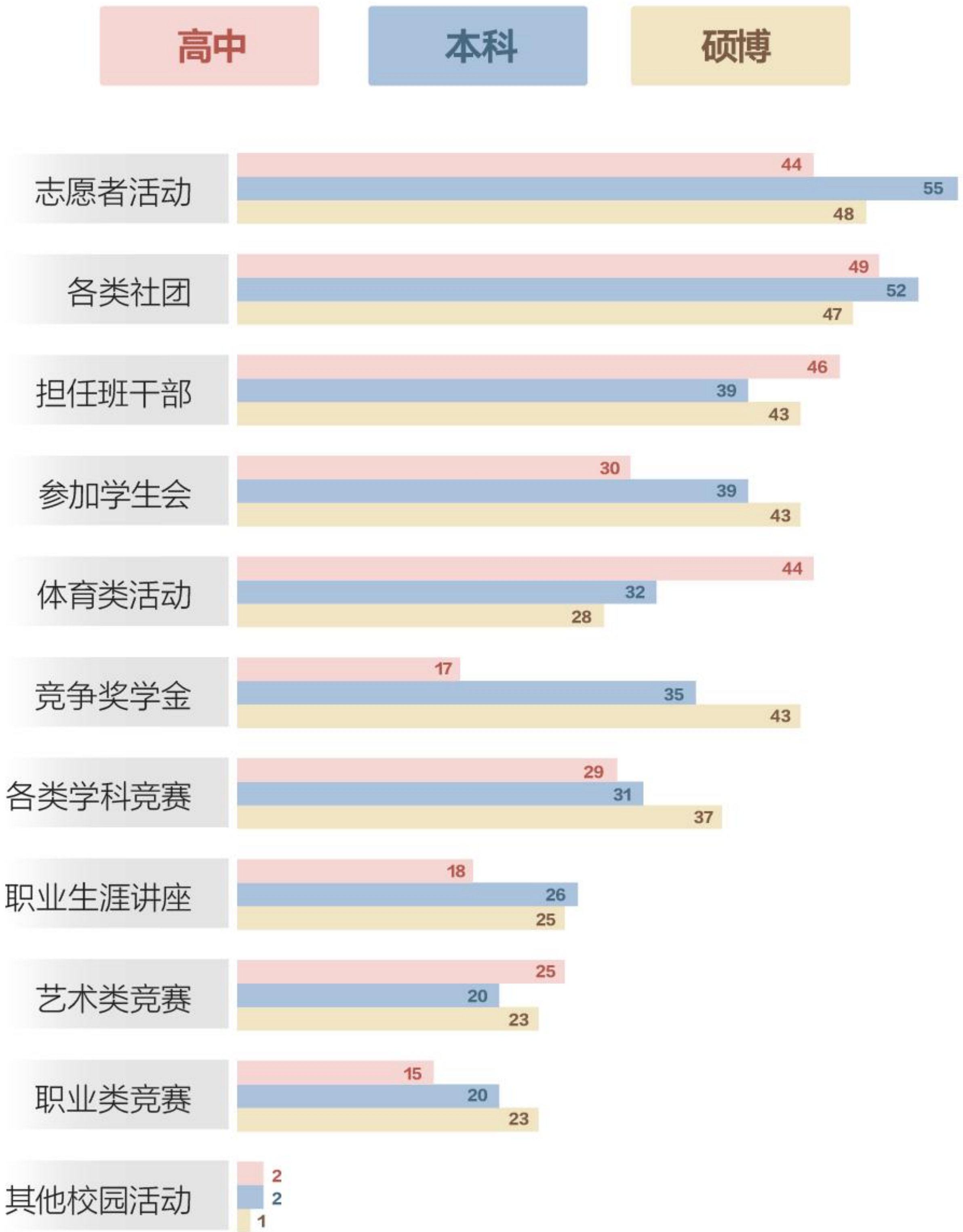
近50%的学生选择在两年及以上提前启动筹备，为应对背景提升、标准化考试等复杂流程，提早布局既能提升竞争力，也能有效分散时间压力。

背景提升分水岭

本科生忙公益社团
硕博生拼学科竞赛

(单位：%)

不同阶段意向留学生参与的校园活动



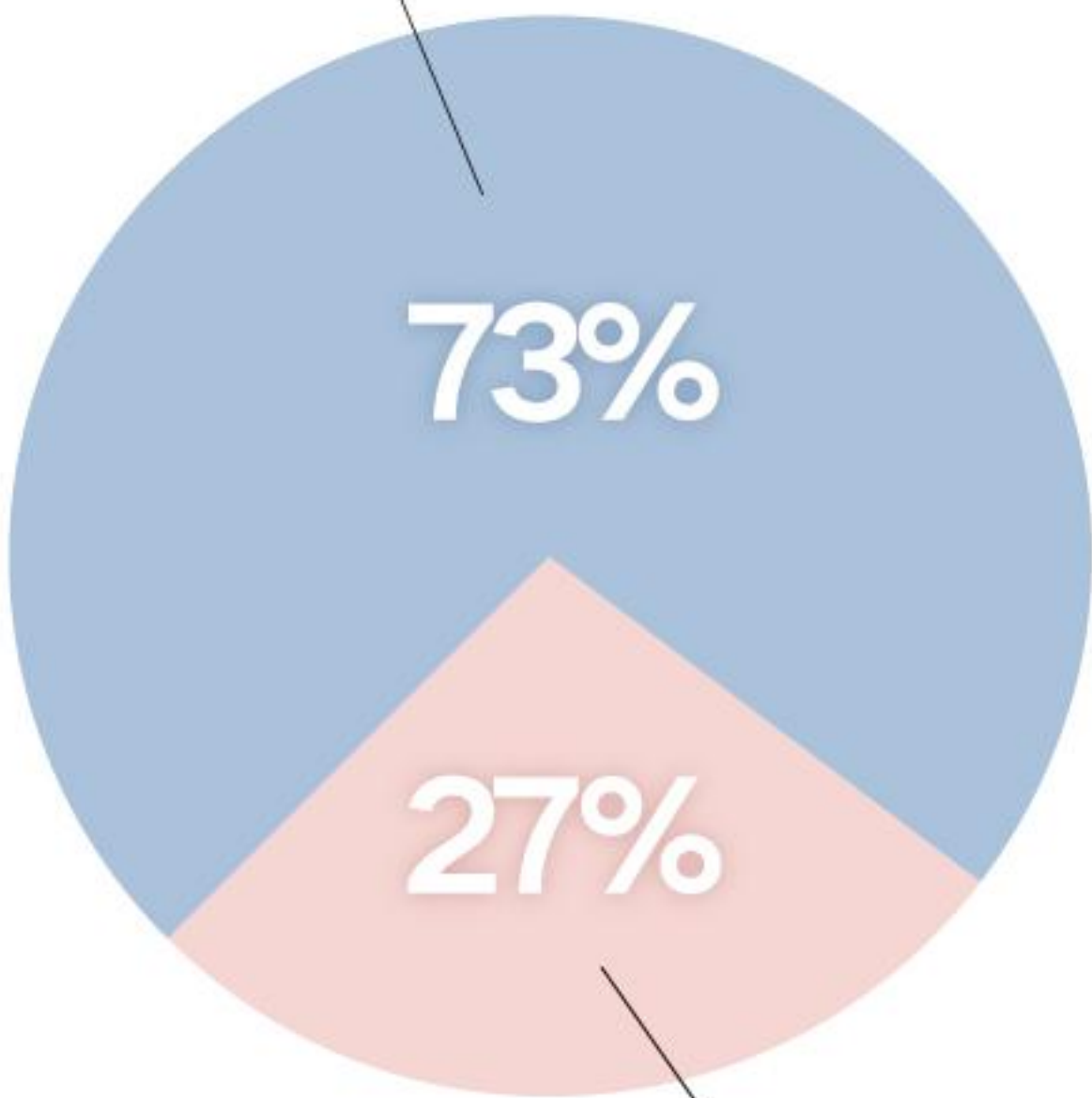
本科生更聚焦志愿服务（55%）与社团活动（52%），侧重积累综合素养；硕博生更重视学科竞赛（37%）与职业竞赛（23%），强化学术与就业竞争力，呈现出背景提升明显的阶段性差异。

先试水再出海

近三成意向留学生选择中外合办
“曲线留学”升温

意向留学生目前就读的学校/项目

国内普通高等
学校/项目



中外合作办学机构
如“上海纽约大学” 6%

中外合作办学项目
分阶段培养
如“2+2、3+1、1+3”等 8%

中外合作办学项目
全境内培养 7%

中外合作办学项目
分阶段与全境内结合的灵活模式 6%

中外合作办学
机构/项目

近30%本科及以上学历意向留学生就读于国际合作院校或中外合办项目，将其作为留学深造的跳板，可见当下学生不再局限于“直接留学”或“本土院校”的二选一。

PART 4

预算成本走高， 留学不“香”了吗？

当留学迈入“高成本时代”，他们反而不焦虑了

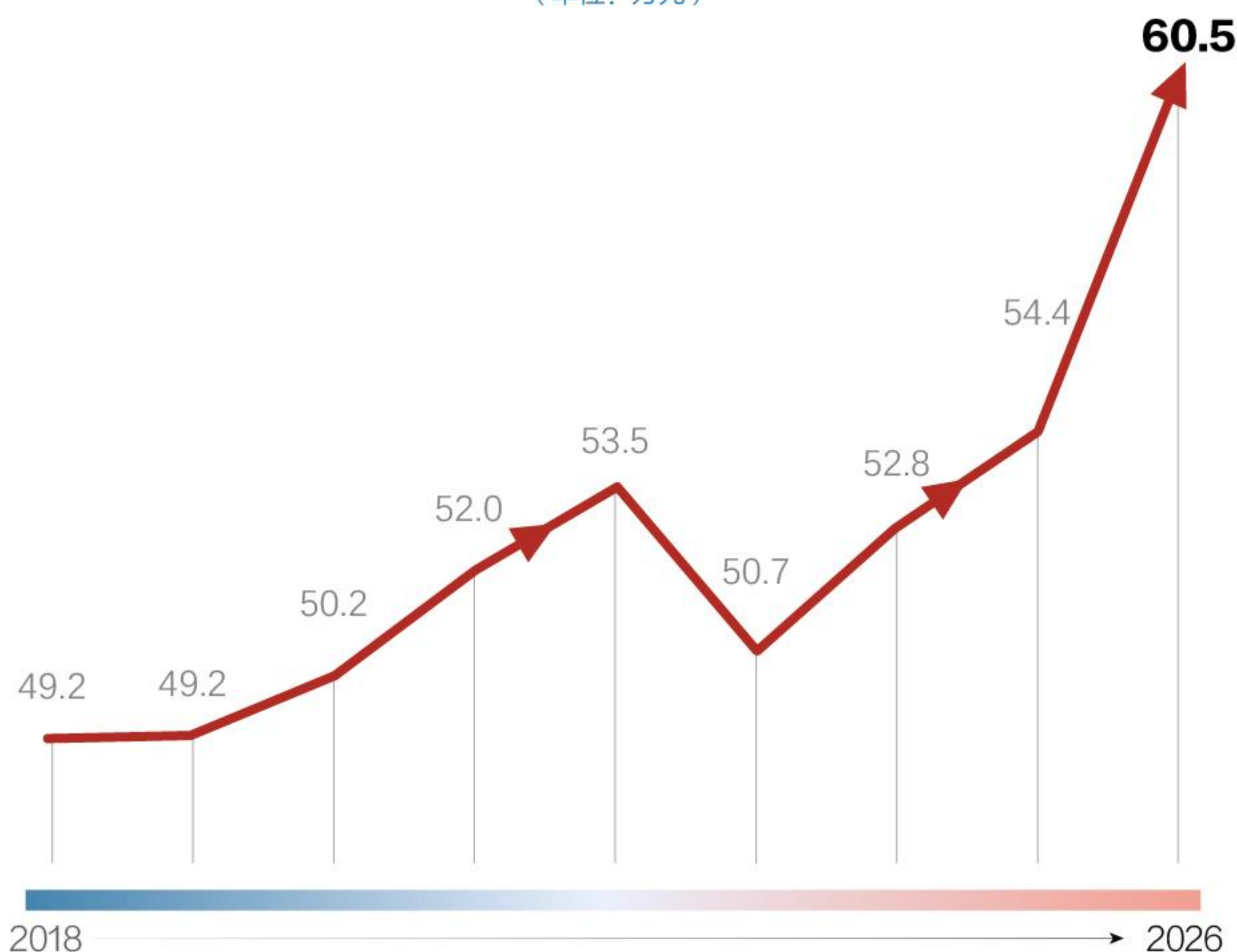
成本飙升

2026年平均留学预算60.5万

通胀是主要推手

意向留学家庭的留学花费总预算

（单位：万元）



2026年平均留学预算达60.5万元，创12年新高。2020年起持续增长，通胀因素成为2026年预算激增的关键驱动力。

心态回归平衡

60%留学生追求“躺平中卷一卷”
可谓“人间清醒”

意向留学生的生活价值观

躺平中卷一卷, 既要努力学习/工作, 也要尽情享受	60
不断探索, 人生只有一次	49
活在当下, 珍惜眼前	44
我要做卷王, 爱拼才会赢	17
坚决躺平, 佛系心态	15

意向留学生做留学决策时的态度

在留学前, 我会花大精力了解信息, 做好准备工作	24
我有自己的想法, 别人的意见不会影响我	23
我追求并尝试新奇的产品	21
我更依赖留学顾问, 自己了解的信息有限	16
我经常冲动付费	11
我比较容易被别人安利, 会因为他人的建议改变自己的想法	11
我觉得别人有的, 我或我的孩子也应该有	7

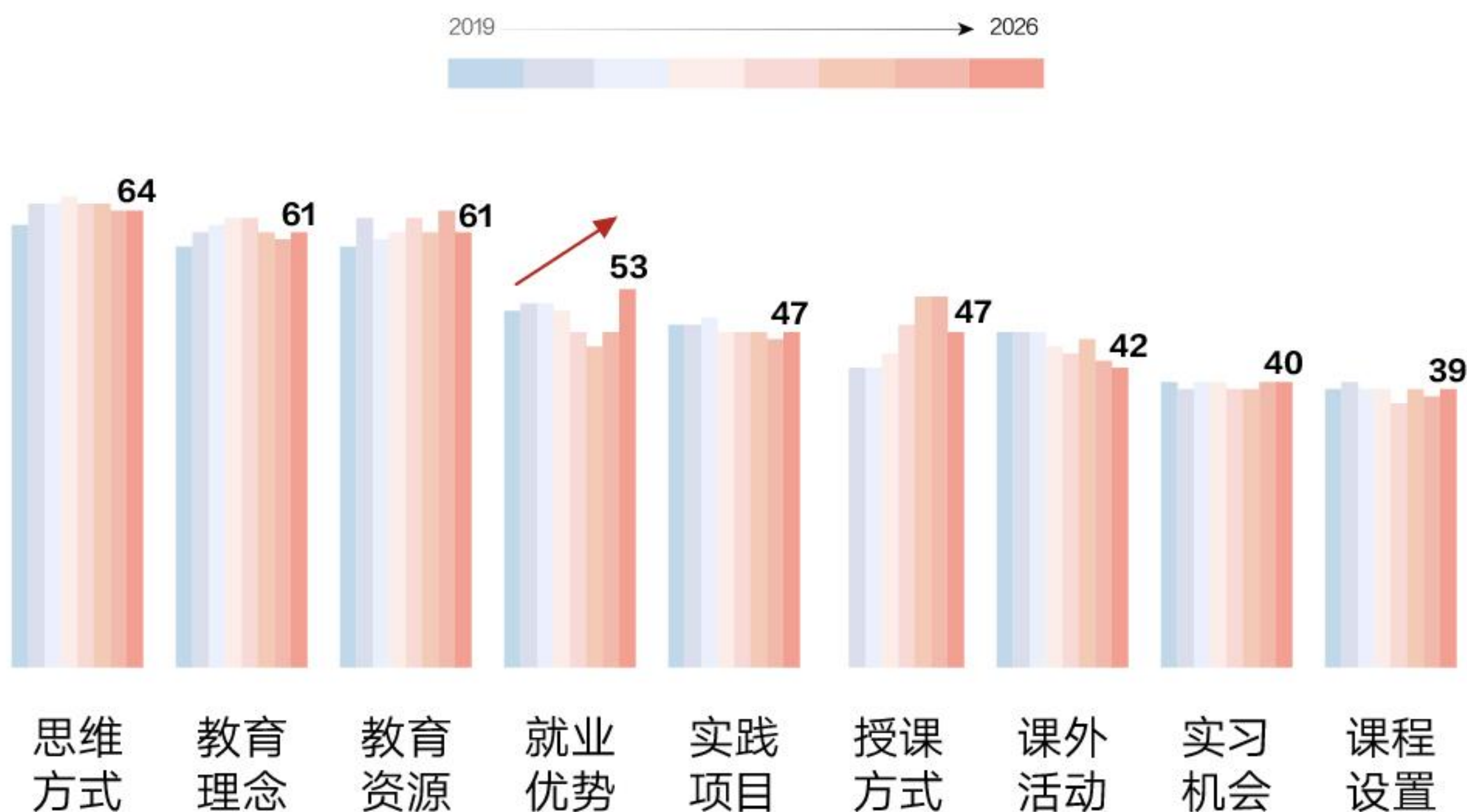
意向留学生整体呈现“平衡主义”价值取向，既追求精神富足也注重生活充实，超六成明确偏好松弛有度。留学决策以提前研究和独立思考为主，体现成熟、理性的消费者心态。

(单位: %)

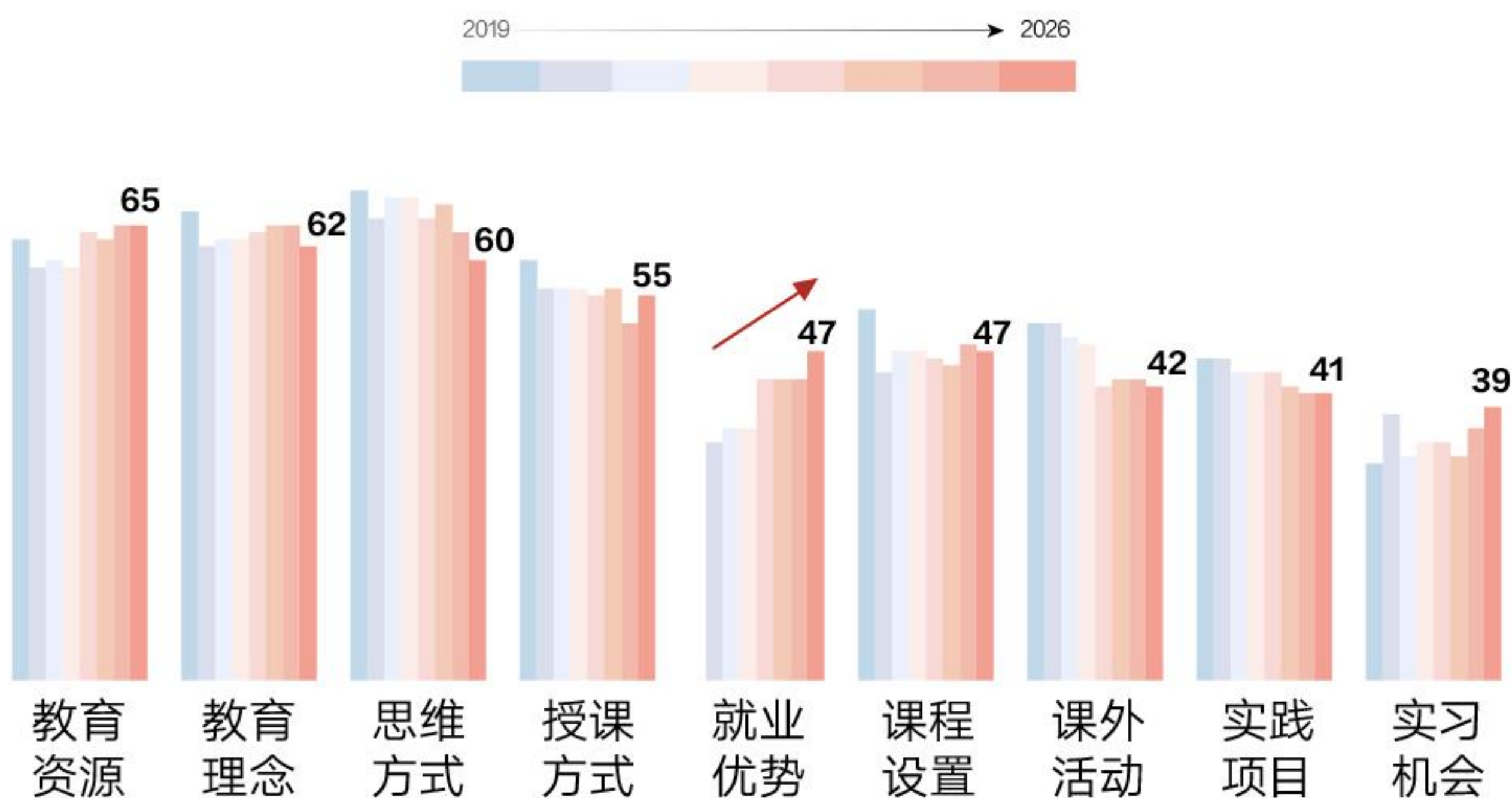
动机务实化

从“诗和远方”到“面包与梦想”
就业回报成核心驱动力

意向留学生认为留学带来的优势



已留学生认为留学带来的优势



连续八年数据显示，留学带来的就业优势显著提升，留学关注点向职业回报转变。已留学学生普遍认可留学对职业发展的赋能，就业回报成为驱动留学选择的关键因素。

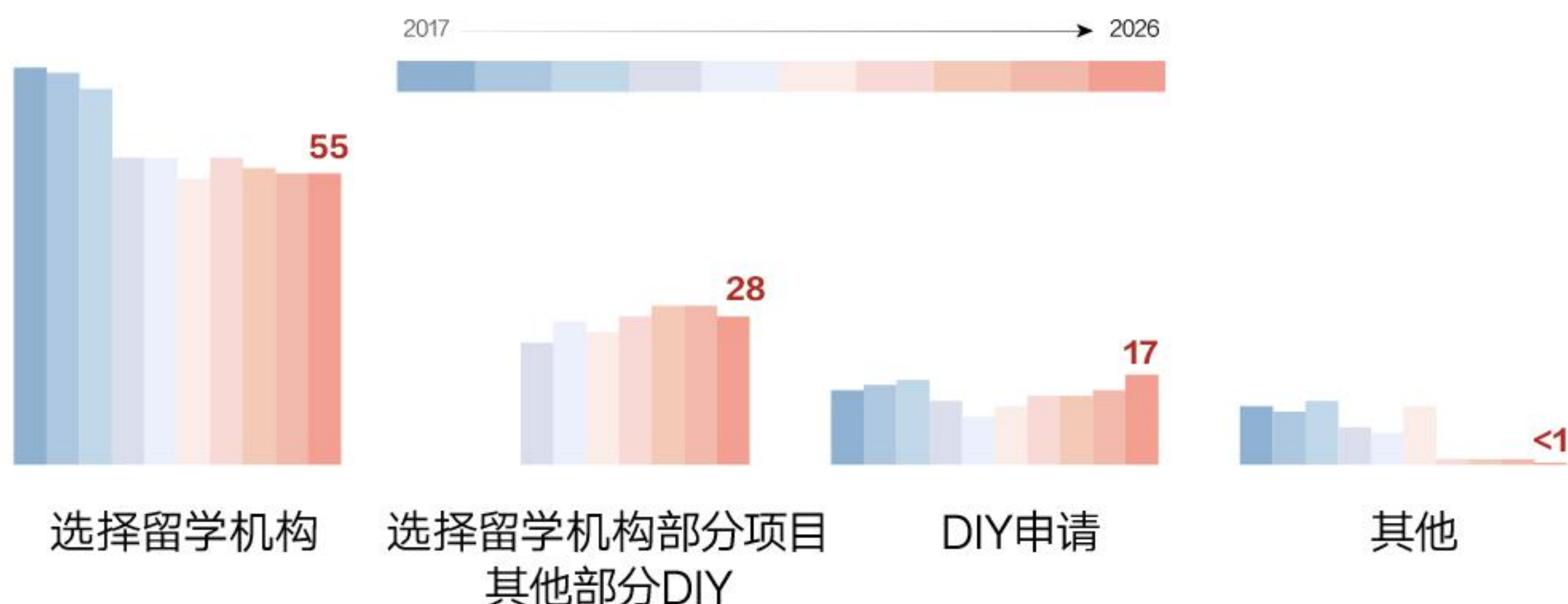
(单位: %)

专业服务是刚需

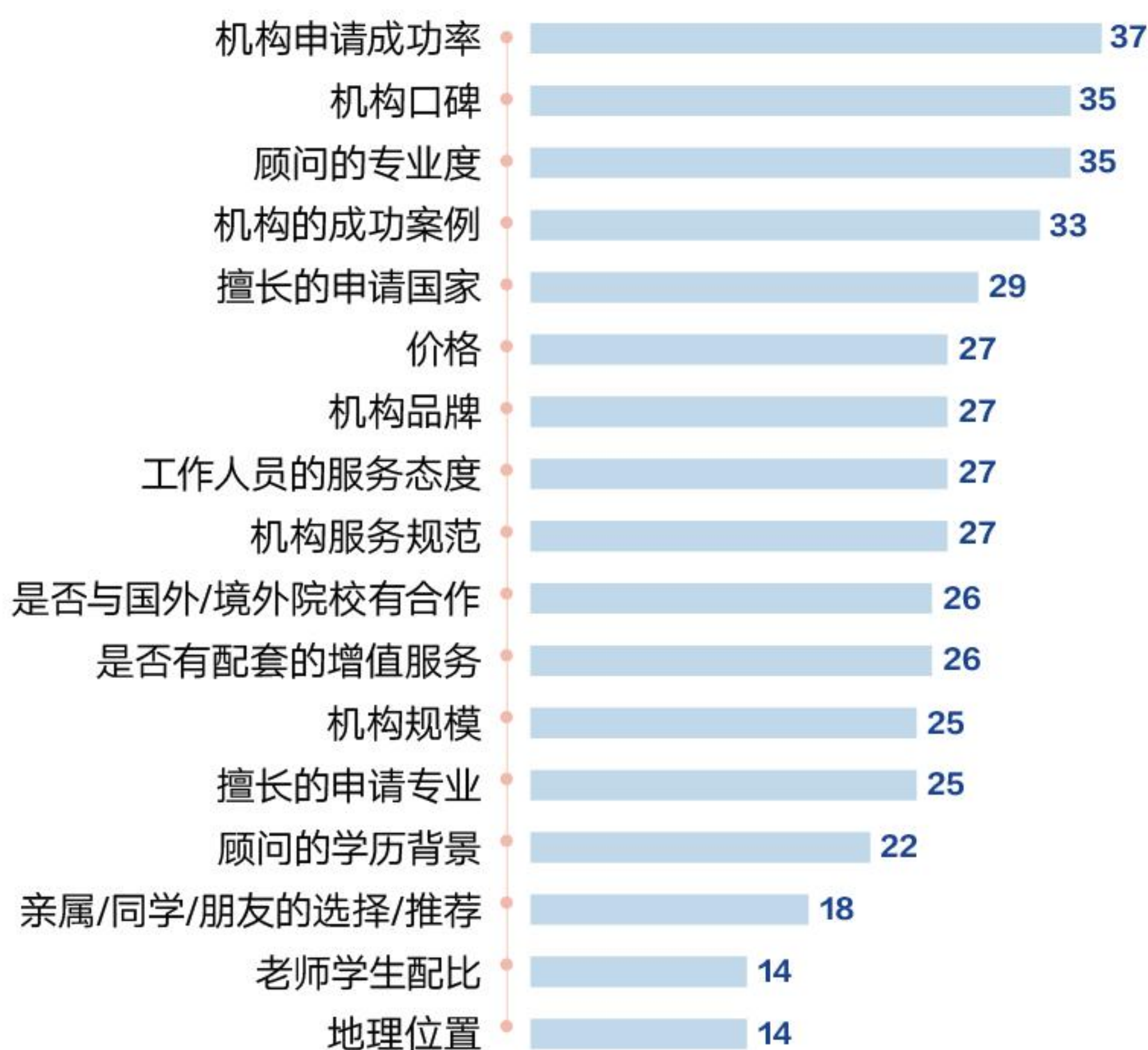
55%选留学机构

全流程服务降低试错成本

意向留学生的申请方式



选择留学机构的考虑因素



数据显示, 55%的申请者选择留学机构, 全流程、标准化的专业服务以更高成功率和更低试错成本成为主要吸引力。虽然信息透明化推动了DIY增长, 但尚未改变主流选择。

PART 5

毕业去向抉择，留还是回？

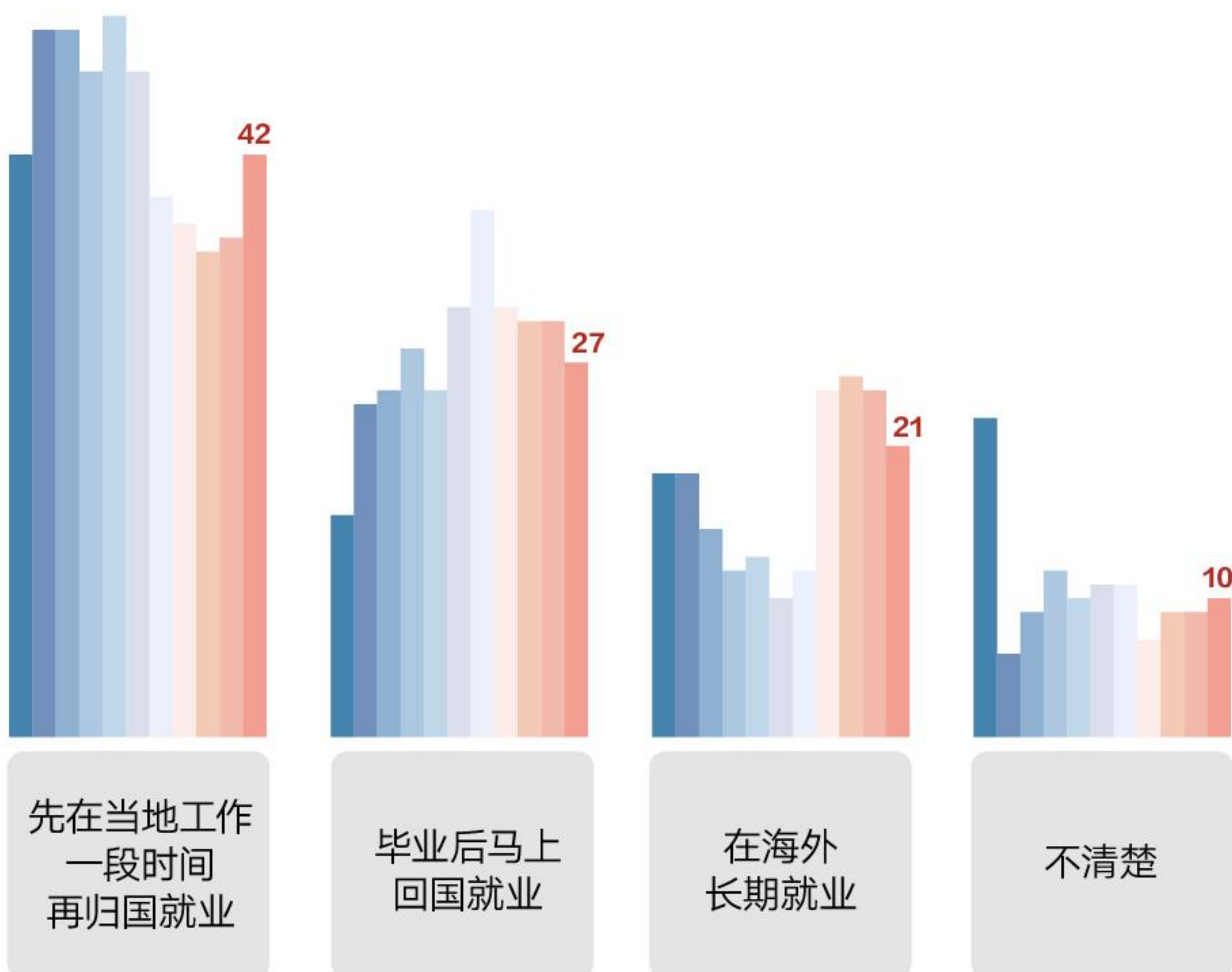
海归就业的真相：内功比学历更重要

(单位：%)

海外蓄力再归来

42%选择先在留学地
刷经验

意向留学生毕业后的就业意向



42%的意向留学生倾向先在留学地积累工作经验，再择机回国。这一“先海外蓄力”的职业策略逐渐成为主流，反映出国内就业压力对职业选择的显著影响。

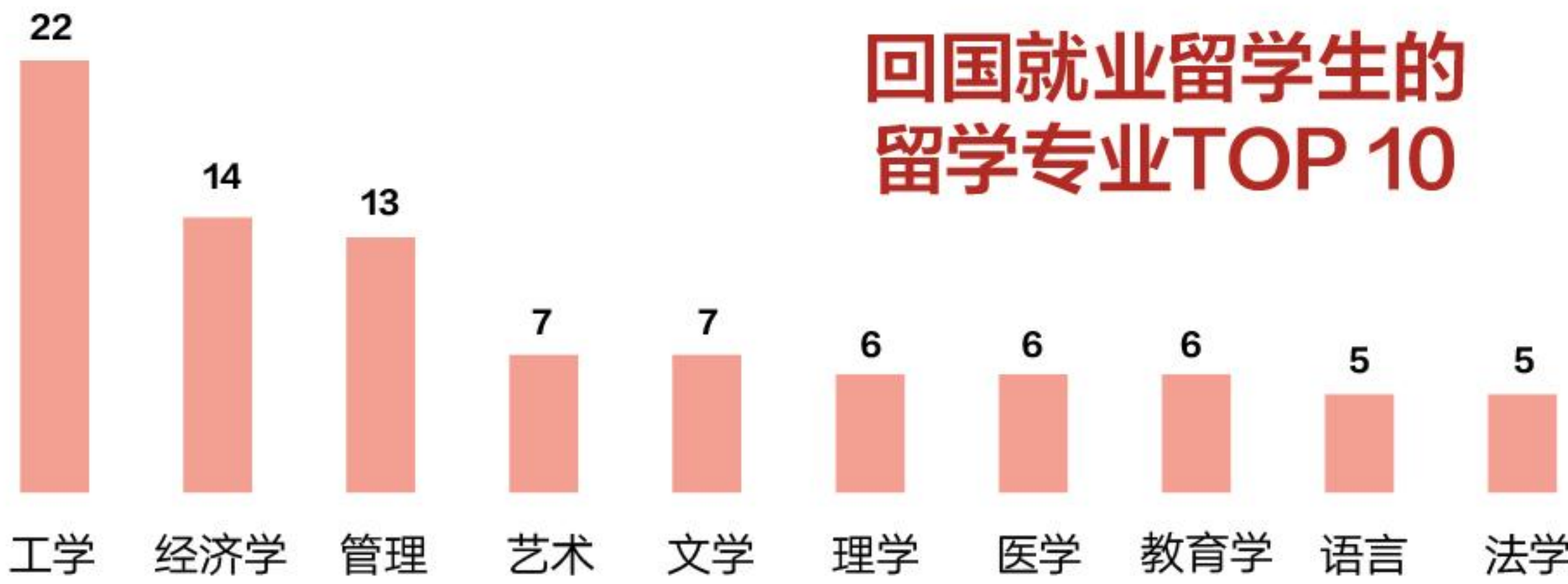
留学人才新动向

(单位: %)

热门留学地回流意向强烈
专业精准匹配新兴产业

回国就业留学生的留学目的地TOP 20

排序	国家/地区	排序	国家/地区
1	英国	11	中国澳门
2	中国香港	12	韩国
3	美国	13	瑞士
4	澳大利亚	14	意大利
5	日本	15	马来西亚
6	新加坡	16	爱尔兰
7	加拿大	17	西班牙
8	德国	18	俄罗斯
9	法国	19	挪威
10	新西兰	20	瑞典



热门留学地学子回流意愿高涨，工学、经管等实用专业人才回流加速，紧扣国内新兴产业升级需求，以国际视野赋能行业创新，成为推动产业升级与高质量发展的关键力量。

考公/考编比例翻倍
海归也开始追求“稳定”

已留学生毕业后的就业规划

计划就业方向

实际就业方向

直接找工作

66

68

灵活就业

15

11

创业

11

6

考公/考编

7

15

其他

1

<1

“直接找工作”仍是主流，“考公 / 考编”实际比例达15%，显著高于计划的7%，呈现求稳取向。“创业”与“灵活就业”实际比例均低于计划值，海归普遍偏向稳定性、确定性更高的岗位。

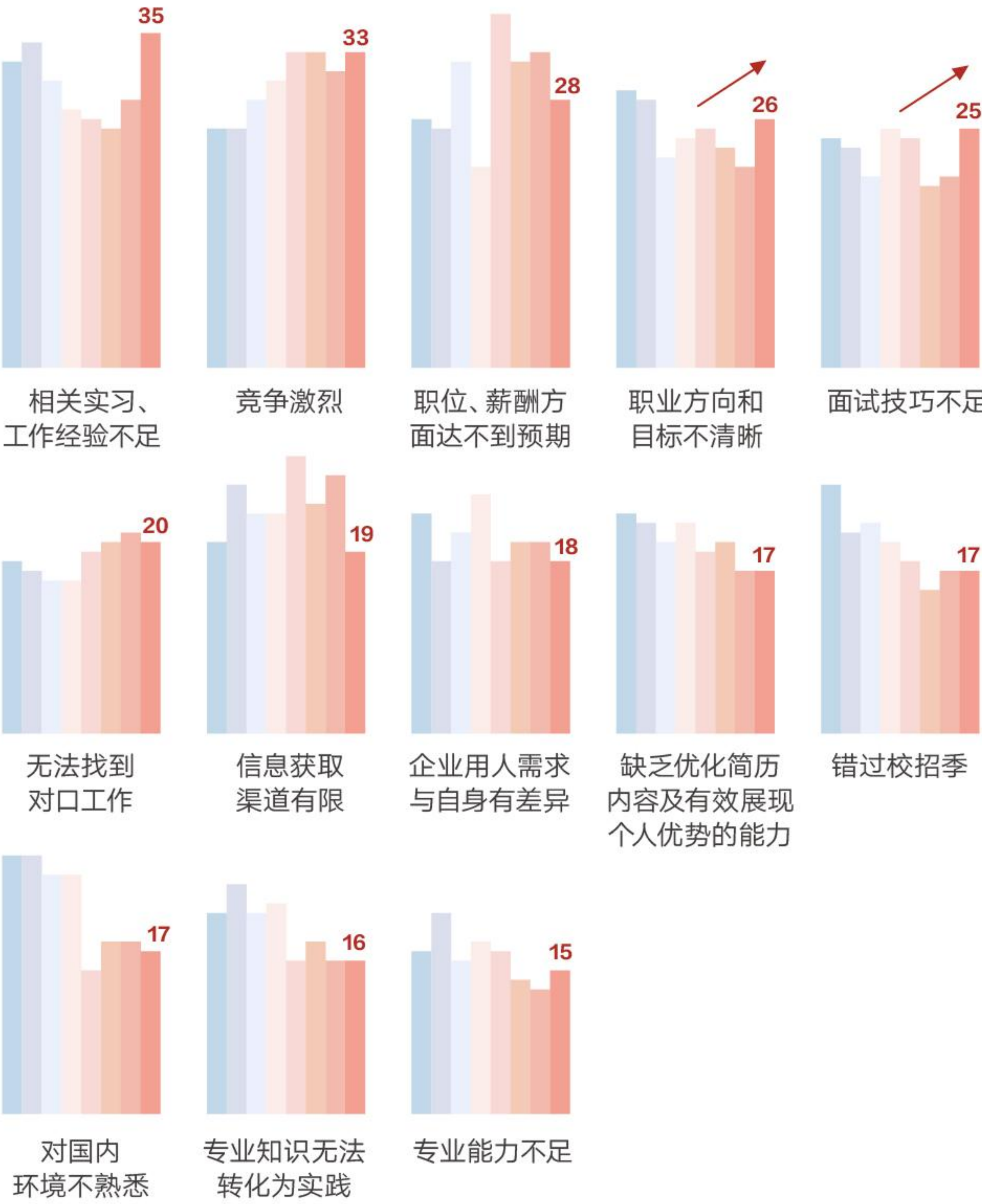
就业核心痛点

从外因到内因

实习经验与职业规划成短板

(单位: %)

留学生在找工作时面临的问题



留学生就业的主要障碍正由外部市场压力转向自身能力短板。缺乏实习 / 工作经验、职业规划不清、面试技巧不足占比位居前列，表明留学生的求职准备度不足。

(单位：%)

薪资现实

期望月薪2万，实际首份工作1.3万
需用能力填补薪资Gap

留学生的月薪情况

平均首份月薪

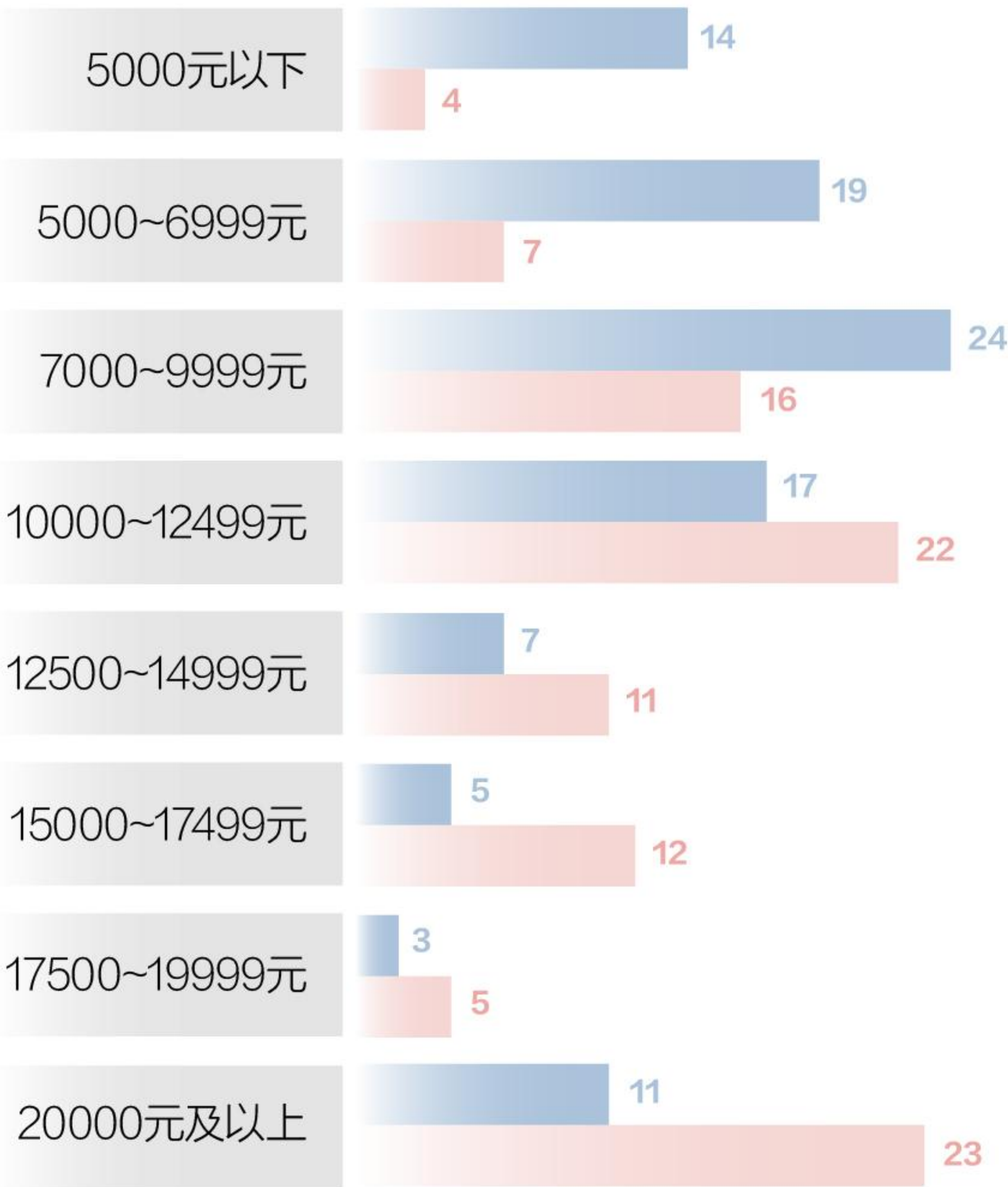
12821元

平均期待月薪

19578元

已工作留学生首份月薪

意向留学生期待月薪



留学生平均期望月薪近2万元，首份工作实际平均薪资1.3万元，存在明显差距。对薪资行情认知不足，过于高估自身能力和经验是造成差异的主要原因。

PART 6

2026年，留学为何仍值得？

学历是入场券，能力与视野决定溢价

(单位：%)

学历含金量

海外学历仍“多金”
起薪高于国内毕业生

2026年应届 毕业生工资水平

留学应届生
平均工资

12782元

中国大陆高校
应届生平均工资

10653元

留学生

中国大陆高校毕业生

5000元以下

13

19

5000~6999元

16

23

7000~9999元

24

23

10000~14999元

27

20

15000~19999元

9

7

20000元及以上

11

8

应届留学生平均薪资高于大陆高校毕业生，在月薪1万元以上高薪区间的占比更突出。当前就业环境下，海外学历在高端人才市场中依然具备显著薪酬溢价和竞争优势。

(单位: %)

企业认可度

51%看重国际视野

世界百强被视为“硬通货”

用人单位是否会为留学生 提供更高的薪酬/职业发展平台

会 51%

不会 49%

用人单位为留学生 提供的相关待遇

更有竞争力的
薪酬待遇

42

优先纳入全球化
人才储备池

35

更多针对管理岗的
定向培养机会

35

优先获得海外
业务专项参与资格

34

更多跨体系轮岗机会

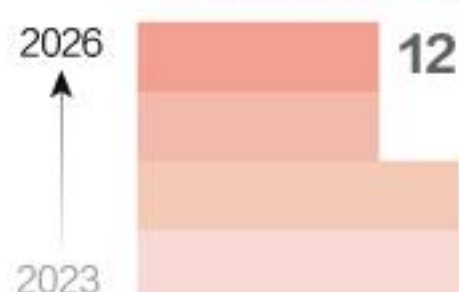
30

设置留学生
专属晋升路径

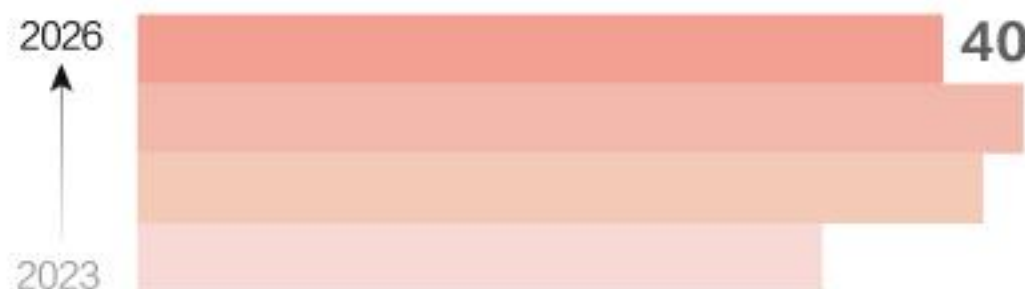
28

用人单位对留学生的 院校排名要求

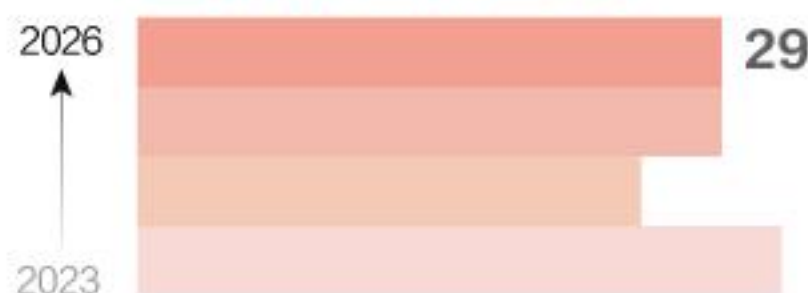
世界排名前50



世界排名前100



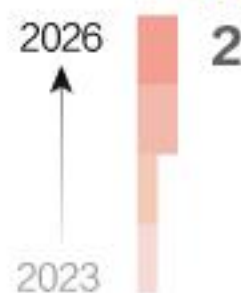
世界排名前200



世界排名前500



其他



51%的用人单位明确认可留学经历在国际视野与综合素质方面的加成,愿为留学生提供更高薪资与发展平台。40%表示优先选择世界百强院校毕业生,体现对学历含金量的持续重视。