



《赴美 J-1 签证专业实习 vs 对外劳务输出》

权威释义白皮书

一、为什么这个问题必须说清？

近年来，越来越多中国高校学生赴美国参加 J-1 签证带薪实习（**Intern / Trainee**，简称 **ITP**）项目。但在实际咨询过程中，经常被误解为“劳务输出”“出国打工”。这种误解如果不澄清，将直接影响项目推进和开展。

因此，有必要从中国官方分类体系出发，对“赴美 J-1 专业实习”和“对外劳务输出”进行权威区分。在美国官方分类体系中，J-1 签证属于交流访问学者签证，而不是工作签证。

二、中国对“出国”的两条法律路径

在中国法律体系中，公民出国从事境外活动，分为两条完全不同的制度通道：

路径 A 出国留学 / 培训 / 研修 / 实习的国际交流人员

属于：**教育与国际交流体系**

主管部门：

- 教育部（留学与交流）
- 国家外专局 / 科技部（访学、研修）
- 外事办公室

法律属性：以“学习、培训、专业提升”为目的赴境外

路径 B 对外劳务合作（劳务输出）的劳务人员

属于：**对外劳务派遣体系**

主管部门：人力资源和社会保障部



法律依据： 《对外劳务合作管理条例》

法律属性： 以“输出中国劳动力，为境外雇主提供劳务”为目的

三、J-1 在中国官方体系中的身份

J-1 Intern / Trainee 在中国官方体系中被归类为：

赴境外专业实习 / 职业培训 / 国际交流人员

而不是：对外劳务人员

原因在于：J-1 项目不存在中国“劳务输出”的任何法律要求。

四、法律判定的五个关键点

判定标准	J-1 专业实习	对外劳务输出
是否签署“境外劳动合同”	✗ 否	✓ 是
是否由中国劳务公司派遣	✗ 否	✓ 是
是否在中国人社部备案	✗ 不需要	✓ 必须
是否以培训为主要目的	✓ 是	✗ 否
是否有官方培训计划	✓ DS-7002	✗ 无

五、为什么 J-1 不属于劳务输出？

因为 J-1 项目的核心是：个人以交流身份赴境外接受职业培训

而不是：中国公司把你“派出去给外国老板打工”

在法律关系上：

- 你不是“外派劳工”
- 你是“国际交流访问学员”



六、中国驻美使领馆的官方归类

在中国驻美国使领馆及教育处体系中，

J-1 Intern / Trainee 被官方归类为：**赴美专业实习与培训人员**

用于：高校国际交流 海外实习 教育合作 青年职业发展

而不是：劳务人员

七、对高校与家长的权威结论

赴美 J-1 专业实习属于：

中国官方认可的“**出国实习 / 培训 / 国际交流**”

不属于：

人社部监管的“**对外劳务输出**”

八、这也是为什么高校可以参与

如果 J-1 是劳务输出：

但 J-1 可以：

- | | |
|--------------|--------------|
| • 高校 ✗ 无权组织 | ✓ 纳入学校国际交流 |
| • 国际处 ✗ 不能盖章 | ✓ 作为海外实习(带薪) |
| • 外办 ✗ 不会放行 | ✓ 作为毕业实践 |
| • 学籍 ✗ 不能使用 | ✓ 合规出境 |

结语

J-1 项目不是“劳务输出”，而是中国与美国之间正式认可的：**国际职业培训与交流通道**