

在8月25日的海外学子版面上，刊登过一篇题为《“短期交换”让学子多一个选择》的文章，探讨了短期出国交换的利弊。选择出国交换的学生，实际上也度过了一段“海外

学子”的生活。但随后读者们提出了更细致的问题：虽然也是去了他乡，虽然也是正经上课，但出国交换是否属于留学？交换生回国，也能享受海归的优惠政策吗？

出国交换，算是留学吗？



洪娇虹

所谓“交换生”，一般指根据相关国家、地区、学校或研究机构所达成的协议，经过一定的选拔程序到指定地点进行交流学习的学生。从交换的地域来看，既有跨越国境的国际交换生，也有在同一国家不同学校之间的国内交换生。

交换与留学有何异同

出国交换是否属于留学？这个问题之所以产生，原因在于两者既有共同点，也存在差异。

出国交换与留学都是教育国际化的产物，都有利于增强不同国家的文化沟通和交流。国际交换生和留学生，事实上都在自己国家以外的地方学习、生活了一定的时间。

“对于留学，我国和其他各国不同的定义。按照各国的通常做法，只将在大学里正式注册的学生算为留学生，其中包括本科生、硕士研究生、博士研究生、访问学者、大学里的预科生和语言生。”北京留学服务行业协会会长桑澎说，在上述各类学生中既有攻读学位的，也有不读学位的。同时他补充，我国对来华留学生的统计不仅包括上述所有在校大学生，也包括中小学生的。

可以说中外对于留学定义是有所差异的，而对于“交换生”的解释则相对一致。

“交换生一般是指不同国家的在校生以交换的形式到对方国家的学校学习，既包括高等学校，

也包括其他学校。”桑澎介绍，几乎所有留学的目的国都有交换生。且交换渠道多样，包括国际组织的交换项目及国家间、学校间、地区间的交换项目等。

交换属于留学吗

在我们之前的采访中，有过交换生经历的学生对于这个问题的回答不一。他们的思考，更多的是根据从自身的交换经历中所获得的感受。

对此，社会各界也各有看法。

如果从二者的定义上来看，关于留学生与交换生的解释并无冲突，甚至可将交换生看成是留学生的一部分。“交换生只要在留学生的统计范围之内都应视为留学生，不论学习时间的长短，也不论就读什么学历层次。”桑澎表示。但他也提出，在我国的统计方法中，将在中学就读的交换生也算在留学生的范畴里，这与国外的统计是不同的。

“我国社会各界习惯于将所有交换生视为留学

交换生在交换期间的学习生活其实与留学生相比并无太大差异。张龙飞是厦门大学新闻传播学院的学生。他于大三期间到韩国中央大学进行了为期一年的交换。虽作为交换生，但他积极融入当地的学习与生活中，并与当地的学生打成一片。他们常常在校一同上课，外出一起玩耍。图为张龙飞（左）与韩国学生和中国留学生外出聚餐后的合影。张龙飞供图



吃饭馆？太贵！

与留学生交流时，大家一提到生活费花销，首先都会提到“吃饭”这一项。

人是铁饭是钢，吃得好是保证一天精力充沛的基础。唐山现在在德国读书。他说：“在外面吃中餐，一顿饭人均大约要16、17欧元。如果是自己做饭，一天的花销则一般是5欧元上下吧，而且能吃得很好。”在德国，牛羊肉、培根之类的肉类食品相比国内较为便宜。如果自己做饭能够省出一大笔钱。

“有时候大家出于省钱、减肥的考虑，一天就吃两顿饭。在德国，早餐都是比较便宜的，所以早饭的时候就多吃点。到了中午的时候不太饿，午饭这顿就能省了。再加一顿晚饭，一天的食物摄入量差不多足够了。”唐山笑着说，“但这种方式还是女生比较多。女生胃小，吃得也少。像我们男生，一天两顿可能就顶不住。”

“我有时间会自己做饭。但是中午的时候，因为时

留学时，学费是硬性花销；生活费则是“软”性花销。为啥？因为它没谱！

学子在海外 生活费怎么花？

杨心怡

间很紧张，就会在学校附近吃点美式中餐，但特别难吃。”乔钰婷目前就读于新泽西州立罗格斯大学。她说：“晚饭一般是在家煮面条，这样比较快。”她表示，大一的时候基本都是自己做饭，但现在课业越来越忙，做饭的机会也越来越少了。

租房是笔大开销

在计算自己的月开销时，乔钰婷这样说：“我每个月有600美元的生活费，房租就要花掉300美元。”

对于乔钰婷来说，租房方面的开销占到她生活费总额的近一半，是比较重要的一部分支出。“我现在和三个人合租一套房子。其中两个是越南人。”乔钰婷说，“但因为大家不同专业，平时上课时间也不同，所以它们之间的关系仅仅只是普通朋友，平时交流也比较少。”

唐山说：“我和另外两个朋友合租了一套房子，位置就相当于北京五环左右。房租一个月260欧元，算是比较便宜的了。”据唐山介绍，他和他的舍友之前互相都不认识，也是到了德国后才了解、熟悉起来。“因为我们几个之前都住过学校宿舍，大家都比较谦让，也相处得比较和气。大家都有过群体生活的经历，也就比较知道怎么在一个屋檐下相处。”唐山说，“比如周六、周

日大家也会一起做饭、一起吃。”

黄冠宇目前在加拿大阿尔伯塔大学读经济专业。他说：“我现在是一个人住单身公寓。因为出于卫生和隐私的考虑，感觉还是一个人住比较舒服。”他也表示，租房这部分的花费其实挺大的，大概占生活费的1/4。

自食其力 丰衣足食

有些国家对于留学生打工的要求非常严格。“在加拿大，留学生打工是合法的。”黄冠宇说道。“现在属于假期，所以我会打些零工，给自己赚点零用钱。”黄冠宇说道。他现在每周会抽出1至2天的时间送外卖，大概能赚400—600美元左右。“其实我是试验了很多次才选择在星期五、星期六下午送外卖，因为那会儿是小费给得最多的时候。”黄冠宇笑着说道，“我之前也做过很多其他方面的工作，比如在餐馆里打工。虽然赚得不多，但是起码自己多了些零用钱，有能力买些自己喜欢的东西。”



而在美国，留学生校内打工是合法的。但如果想在校外打工，一定要获得专业实习(OPT)的申请才可以。

“我现在在校内打工，零用钱基本能够自给自足。”乔钰婷说。比如她打工的一项内容是在学校联赛上做篮球裁判，时薪10美元。同时她也会给教授打工，一学期500美元。

“其实在学习之余，做这些兼职是很累的，也很花时间、精力。”乔钰婷说。

因为篮球裁判这份兼职一般都是晚上做，所以一整个学期晚上的时间基本都被占用，没有时间学习，只能熬夜看书。乔钰婷说：“上个学期我一整个学期都在熬夜，真的很伤身体，再也不敢了。”因为学业比较繁重，乔钰婷下个学期准备辞掉篮球裁判这份工作，只保留给教授做事这份工作。“给教授打工这份工作还是很有竞争力的，一般3000人竞争，挑选30个人。”乔钰婷说。

留学生在海外，有时并不如我们想象的那样任性、安逸，他们也会为了省钱自己做饭、为了房租更便宜而选择离学校并不那么近的地点，为了给父母减少压力自己打工赚钱。与此同时，学子更要努力学好专业知识，不断努力前进，让在海外苦苦奋斗的日日夜夜有所回报。（图片来源：东南快报）

打工，既是体验 更是生活

周继凤

学子在留学期间打工，已经成为十分普遍的现象。他们往往会利用课余时间做兼职，一方面可以补贴生活费，另一方面又可以体验生活，感受世间冷暖。

打工是件寻常事儿

孙林同目前在韩国外国语大学留学。他曾在微信朋友圈就留学生打工这一现象发表了如下看法：酒吧、烤肉店、便利店、各种化妆品店都有我们的身影，街边发传单、宾馆换床单、暑期拔萝卜、上树摘松子、半夜扛大包，这些工作我们都经历过，出国留学不是来玩儿的。

孙林同某种程度上说出了留学生的心声。海外留学的高昂费用，让不少普通工薪阶层的留学家庭承担着不小的经济压力。

因此，留学生在课余时间打工兼职赚些钱，成为缓解家庭经济压力或者充实自我的重要途径。

不同的国家，对于留学生打工有着不同的政策规定。比如在美国留学的同学，由于拿的是学生签证，没有机会去社会上打工，只能在校内做做兼职。比如澳大利亚，对于学生的打工时间有一定的限制，打工的工种也有严格的规定，酒吧、夜店等工作是严厉禁止的。此外，有些国家例如韩国，如果学生想要打工，需要向学校申请办理打工证。

在法律允许的范围内，留学生打工兼职，已经成为一件十分寻常的事情。

孙林同认为，通过合法打工，留学生基本可以依靠自己的双手解决生活问题，而不再向家人伸手要钱。王佳颖目前在韩国汉阳大学留学。她也观察到周围很多同学都在打工。她十

前一阵我因为参加瑞典政府举办的一个发展学研究会而来到斯德歌尔摩。这届研究会的主要目的是希望能超越以往欧美社会对非洲等地区“想当然”式的援助：即天然认为帮助当地“发展”，就是让当地向欧美模式学习，所谓的“现代化”即欧美化。这种单一的发展观早就受到很多批评，很多地方也收效甚微，但很多来自非洲的案例引发的一个思考是，其实要跨越西方的“大家长作风”不仅需要欧美机构的反思，也需要发展中地区本身的自省。因为有的时候恰恰是欠发达地区对于“什么是发展”的狭窄看法助长了“大一统”的全球化。虽然会议主要针对非洲经验，但我觉得对中国很多地区或许也有启发。

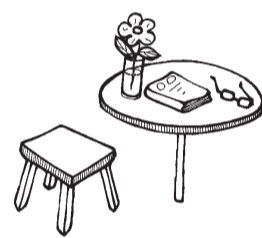
我来瑞典参会发言还有一个私心，就是顺道可以参观一下奥古斯特·斯特林堡的故居。在我看来，斯特林堡堪称是个天才：他是瑞典最著名的作家和戏剧家之一，还是位很了不起的画家。除此之外他在音乐、摄影和艺术评论等方面都很有造诣。但同很多天才一样，斯特林堡也是个谜，他对社会阶级认同敏感又清高。来瑞典前翻看斯特林堡的文献时，我无意中了解到他和画家高更之间的一段书信争执。我觉得这场争论倒是暗合了发展学会议上的很多观点。

这场争论的起因是在19世纪末期，斯特林堡意识到自己所在的北欧斯堪的纳维亚地区思维上的守旧，而特意搬去巴黎这个工业化的前沿大都市。1895年的时候，画家高更邀请斯特林堡为他在塔希提岛的油画展写序。和斯特林堡恰好相反，高更是个地道的巴黎人，人到中年后厌倦了现代化的光怪陆离，干脆搬到了偏僻的南太平洋热带岛屿塔希提岛，并对那里原生态的风土民情进行艺术创作。

对于高更的邀请，斯特林堡写信坚决地回绝了，说他既看不懂也不喜欢高更那些“俗艳”的油画。但后来高更还是用了斯特林堡这封信和自己的回信一起作为油画展的序言。更有趣的是，别看斯特林堡通篇都在批评和拒斥高更对“粗鄙”生活的描绘，但写到末尾，似乎有点理解高更的追求了——那个所谓更高级的、“现代的”文明，到底是为了打造一种更为超脱的人性，还是为了开启更为尊重个体本真的生活？

在一个多世纪后的今天，斯特林堡的困惑似乎依然是个没有定论的问题。虽然这位因嫌弃斯堪的纳维亚的落后而特意搬来巴黎、希望受到“现代化”启迪的斯特林堡大概永远会对“返璞归真”持戒备的态度，但至少在对高更作品批评的过程中，他忽然意识到这不是一个只具唯一正确答案的问题了。

不论是高更表面崇尚的所谓的粗俗，还是斯特林堡所探寻的所谓的高尚，其实都是为了能够成为一个更“现代”的人。斯特林堡摒弃旧立新的发展观未必有错，但高更鲜活的画面也未尝不是对现代发展逐末忘本的提醒。高更在回信里鼓励斯特林堡继续就这个问题挖掘下去，或许有一天就能理解高更的用心。不过高更应该想到的是，在获得对其自身发展的底气之前，斯特林堡或许是不敢直面塔希提岛的活力的。



分羡慕这些同学可以自食其力，自己也受到激励而开始打工。顾芳（化名）目前就读于日本金泽大学。她发现，打工的现象在自己身边的留学生群体中十分普遍。郭小航目前在澳大利亚留学。他表示，尽管澳大利亚规定留学生每周打工不得超过20小时，但是至少有1/4的留学生在打工。

留学路上的艰辛写照

从某种程度上来说，打工是海外学子留学的艰辛写照。

孙林同曾在物流公司当过搬运工。从下午4时开始搬运，运气好的时候，下班时可以赶上末班车；运气不好的话，凌晨下班后只能走着回去，回到家后直接累倒在床上。

顾芳曾在药妆店做翻译，接待前来日本旅游的游客，经常会遇到脾气不好的顾客。而身为打工者，有时也难免与老板发生各种摩擦和争执。在居酒屋打工的日子里，顾芳就曾与老板发生矛盾。有一天老板让她换碟子，在日语里，“碟子”与“烟灰缸”相似，顾芳以为是去换烟灰缸，最后等她换完了烟灰缸，老板却急了眼：“不是让你去换碟子吗？”此外，居酒屋的老板有两家店面，一家店的店长说人手不够了，于是老板便让顾芳在两家店都工作，但是工资却依旧。

因为迫切想要寻找打工的机会，不少留学生还受过中介的欺骗。由于初到国外，人生地不熟，留学生常常依靠中介机构去寻找打工机会。孙林同曾经被中介介绍到一家养鸡厂去挖鸡内脏。在那里，他们需要“全副武装”起来。在夏天酷热的天气下，不到两小时就差点中暑了。他从下午4时一直

别忘了学习

留学生的主要任务依旧是学习。因此，打工的同时，还需要兼顾到学习。这考验着学子合理安排时间的能力。打工的时间根据工作的内容不同会有所不同，有的工作需要半夜起来干活，有的则仅仅需要在双休日来店里帮忙。

顾芳曾经一连7天都在打工，导致自己十分疲惫。孙林同在大一的时候，曾夜里打工白天上课，以至于课堂成了他睡觉的场所，导致课程内容不得不自学。这样的恶性循环让孙林同意识到合理安排时间的重要性。在不断的实践摸索下，他找到了打工与学习的平衡点：“周末没有课的时候打工，平日认真学习。感觉有余力、有时间可以多打一天工，但绝不贪多。”

而王佳颖一般是这样安排自己的时间：“我会选择在双休日的时候打工。一般周末期间的工作比较受欢迎，因为在周末打工不会占用上课时间。或者我会把自己的课集中安排到一起，这样我就可以留出一段完整的时间来打工了。”

尽管打工路上有着各种艰辛，但孙林同认为：“打工是一种宝贵的经历，是独立自主与生存技能的证明。它可以告诉我们钱财来之不易，让我们懂得珍惜。”