

美國限縮 F-1、J-1 停留期限：四年上限如何改變國際學生的留學之路

駐芝加哥辦事處教育組

美國政府國土安全部 (Department of Homeland Security, DHS) 於 2026 年 7 月 17 日正式公布新規定，準備大幅改變國際學生及交流訪客在美停留制度。根據公布的規定，持 F 類學生身分及 J 類交流訪客身分入境者，未來將不再像過去一樣，以完成學業或交流計畫所需的時間作為停留期限，而是改為取得一個明確的停留截止日期，原則上最長不得超過四年，若需要更長時間完成學位、研究、實習或交流計畫者，必須另向美國政府申請延期。

這項政策常被簡化為「F-1、J-1 簽證最長 4 年」，但明確的說，新制真正改變的是國際學生的「獲准停留期間」(Duration of Status, D/S)，從過去相對有彈性的身分制，轉換成必須定期接受美國政府重新審查的固定限制。

自 1978 年以來，多數 F-1 國際學生入境美國時，停留期限通常被註記為「D/S」，只要學生維持全時註冊 (Full-Time Enrollment)、遵守 F-1 規定，並持續就讀學校核准的課程，原則上便可留在美國完成學業及經核准的實習訓練，而不必因為學位超過某個固定年限，另行向移民機關申請延長停留。J-1 交流訪客也採取類似制度。參與交換學生、訪問學者、研究人員、醫師訓練或其他核准交流計畫者，只要持續符合計畫規定，通常可以按照 DS-2019 所列計畫期間留在美國。

而新規定實施後，F 類與 J 類人員將取得明確的停留期限，雖然核准時間可能依課程或交流計畫長度而定，但一般不得超過四年。如果學生的課程原本就只有 1 年或 2 年，並不代表一定會自動獲准停留 4 年，實際期限仍可能按照課程長度、政府規定及個別情況決定。

美國國土安全部表示，過去的 D/S 制度沒有為每名學生設定固定離境日期，使政府難以定期確認學生是否仍維持正常學業進度，以及是否繼續符合非移民身分。路透社報導指出，美國政府宣稱，2024 年 F 類學生入境紀錄超過 180 萬人次，較 2023 年增加逾一成，J 類交流

訪客的人數也相當龐大，增加了政府追蹤與監督的難度。國土安全部因此主張，固定期限可讓政府定期檢查學生是否維持合理的學業進度，並防止有人藉由不斷註冊課程，長期留在美國。

然而，高等教育界認為，國土安全部所稱濫用 D/S 制度的案例只占整體國際學生非常小的比例，此外，教育團體指出，國際學生早已受到學生及交流訪客資訊系統 SEVIS（Student and Exchange Visitor Information System）的密切監控，學校也必須持續回報學生的註冊狀況、地址、課程、實習許可及身分變化，因此，新制只是將原本由學校和 SEVIS 執行的監督，再增加一層 USCIS（U.S. Citizenship and Immigration Services）延期審查。

博士生及研究人才首當其衝

對多數兩年制碩士課程而言，四年期限表面上似乎相當充裕，但對博士生、醫學訓練人員、研究型學位學生，以及畢業後希望參加 Optional Practical Training（OPT）實習的學生，則會造成相當大的影響，因為許多博士班需要 5 年以上才能完成，而因實驗延誤、論文研究、轉換指導教授或研究計畫調整，也可能使修業時間超過原先預估的，也大有人在。

雖然新制並不代表學生在第四年到期後一定必須放棄學業，符合條件者可以向 USCIS 提出延長停留申請，而且在延期申請仍待審期間，符合規定的 F-1 或 J-1 人員通常可以繼續進行原有學業或研究，但問題在於，學生能否完成學位，將直接受到移民審查時程及裁量結果影響。

除此之外，延期程序也會增加費用、文件準備與等待時間，學生可能必須提出成績紀錄、學校證明、財力資料，以及無法在原期限內完成課程的合理原因，這對正在進行長期實驗或博士論文研究者而言，USCIS 或相關政府單位如何判斷「正常學業進度」，可能成為新制度最具爭議的部分。

此外，新規定也限縮部分學生更換學校或改變教育目標的彈性，研究生原則上不得任意轉換學校或改變教育目標，除非因特殊情況取得美國政府同意，大學生在第一學年內也面臨類似限制。這意味著，

原本主要由學生與學校共同決定的轉學、轉系或研究方向調整，未來將受到移民規則約束。

對 OPT 及畢業後規劃的影響

F-1 學生畢業後通常可以申請 OPT，在美國從事與所學領域相關的工作，STEM 領域學生若符合條件，還可申請額外 24 個月的 STEM OPT 延長，對完成四年制學士學位後再參加 OPT 的學生而言，總停留時間很容易超過四年，因此可能需要先申請延長停留，才能完整使用實習資格。

新制也將完成課程或實習後的離境準備期，從原本的 60 天縮短為 30 天。這段時間通常用於安排返國、轉換學校、申請下一階段課程或申請其他簽證，準備期減半後，學生必須更早完成畢業後規劃，否則可能面臨身分中斷風險。

另一個值得注意的問題是出境旅行，在美國境內適用舊規定 D/S 制度的學生，如果離境後重新入境，可能會依新制度取得新的固定停留期限，而不一定能繼續適用舊規定，國際學生因此需要分別確認簽證、I-20 或 DS-2019、旅行簽署及入境後 I-94 紀錄，無法只以簽證頁上的到期日判斷自己可以留在美國多久。

美國高等教育吸引力面臨考驗

美聯社報導指出，這項規定公布之際，美國國際學生人數及新核發學生簽證數量已出現下滑。這對部分高度依賴國際招生的學校而言，將是重大的挑戰。教育界擔心，固定期限與延期程序所帶來的不確定性，可能促使學生轉往加拿大、英國、澳洲或其他留學目的地，而對考慮赴美攻讀博士、從事科研或參與長期醫學訓練者而言，能否取得足夠時間完成計畫，是選擇學校時的重要因素。

新規定預定於 2026 年 9 月中旬生效，但實際執行方式、延期申請標準、審理時間及是否面臨法律挑戰，仍值得持續觀察。這場爭議的核心，並不只是「四年是否足夠」，而是誰有權決定一名學生是否正在正常完成學業？政府認為，定期審查能強化國家安全及移民管理，大學則主張，學術進度受到研究內容、課程設計及個人情況影響，不應主要交由移民機關判斷。

撰稿人/譯稿人：駐芝加哥辦事處教育組

資料來源：

2026 年 7 月 16 日, “Trump administration caps how long international students can stay in the US” , By Annie Ma, Retrieved from Associated Press,

[https://apnews.com/article/trump-student-visa-international-](https://apnews.com/article/trump-student-visa-international-02a22ed8b883096b78c3745fce7892a3)

[02a22ed8b883096b78c3745fce7892a3](https://apnews.com/article/trump-student-visa-international-02a22ed8b883096b78c3745fce7892a3)

2026 年 7 月 17 日, “Trump administration caps how long international students can stay in the US” , By Doina Chiacu and Kristina Cooke, Retrieved from Reuters,

<https://www.reuters.com/world/us-change-visa-regulations-foreign-students-journalists-2026-07-16/>

2026 年 7 月 17 日, “Trump administration caps student visa stays at 4 years under final rule” , By Laura Spitalniak, Retrieved from Higher Ed Dive,

<https://www.highereddive.com/news/trump-administration-caps-student-visa-stays-at-4-years-under-final-rule/825475/>