移民專頁 ▸採訪中心

不敢辭…華人H-1B困境引共鳴

「29歲，H-1B第二年，每天重複上班、回家、健身的生活，沒有親友，看不到未來……」近日，一名在美國工作的中國軟體工程師在Reddit論壇發文吐露心聲，引發數百網友共鳴與討論。這段看似平凡的自述，卻揭開H-1B工作簽證族群在光鮮外表下的真實生活面貌。

每天生活 只剩工作回家

根據印度時報(Times of India)報導，發文者自稱是29歲的中國工程師，目前在美國郊區一間小型科技公司工作，已進入H-1B簽證的第二年。公司已於今年初為他啟動綠卡申請程序，但預計需等待二至三年才會有進展。這段漫長的等待，令他感到前所未有的焦慮，「我的生活就是工作、回家、健身，偶爾獨自旅行。明明是最緊奮鬥的年紀，卻覺得在浪費生命」。

比這更現實的壓力，是職涯發展受限。由於H-1B簽證綁定雇主，他無法輕易跳槽至其他城市或更好平台。「很多招聘單位根本不考慮沒有綠卡的申請者」，他無奈表示。這種被鎖死的狀態，讓他開始認真思考是否應回中國發展。

不少網友分享類似處境，一位中國網友留言「我也被卡在雇主那邊，連綠卡都還沒申請。每逢假期最難熬。」也有其他H-1B持有者，理性分析後選擇離開美國，「我和伴侶已經決定，這裡不符合我們的長期規畫，還是會再撐個五年，但最終會離開」。

▲留學生畢業後想要在美國找工作開始新的生活，H-1B簽證似乎是很難逾越的一道門檻；圖為亞特蘭大求職的大學生與當地科技公司的代表交談。（美聯社）

在南加州，也有不少華人H-1B持有者感受到類似的無力感。在洛杉磯一家大型公司從事設計工作的王小姐表示，雖然她的工作待遇尚可，但為綠卡申請，她無法輕易跳槽或表達對現職的不滿。「有一種當牛做馬、還不能抱怨的感覺」，她苦笑說。

正常繳稅 卻沒選擇自由

評論區觀點分歧，但「選擇幸福」的聲音略占上風。有人認為，美國不應是唯一選項，「不是非要留在美國不可，有時候是我們把選擇看得太狹隘」。也有人鼓勵發文者堅持，「綠卡雖難，但之後子女可享完整權益，值得堅持」。另有聲音建議轉向加拿大、新加坡等移民政策更友善國家。

許多留言指出，H-1B群體面臨結構性不公——他們被指「搶走本地工作」，但實際上連自由換工作的權利都沒有；「我們繳稅、促進科技發展，卻沒有選擇的自由」。

根據移民局(USCIS)資料，2023年H-1B首次抽籤中籤率僅14.6%。中國籍申請者若申請職業移民綠卡，排期往往需時長達五年，許多申請人在30歲左右遞件，可能要等到年近40歲才能獲得永久居民身分。

為保身分 接受低薪高壓

此外，H-1B員工在職場中也面臨高風險。一旦公司裁員或倒閉，簽證持有者僅有60天時間尋找新雇主，否則就必須離境，迫使許多人甘願接受低薪與高壓環境，只為「保住身分」。

針對這類問題，職涯顧問與移民律師建議從三個面進行衡量：其一是職涯發展，美國工程師薪資較高，但晉升管理層往往需要綠卡；中國科技業晉升速度快，年薪約為美國60%至80%。其次是生活成本與環境，美國生活可能單調，但教育與環境佳；中國一線城市便利，但競爭壓力大。最後是心理與歸屬感，心理學家指出，「若孤獨感已影響心理健康，綠卡未必值得繼續等待」。◆

EB-1A獲准 可用O-1先來美國工作

移民信箱
李亞倫律師主答

讀者問：

我們人在英國，申請美國EB-1A，但我們出生地中國，聽說排期可能要五年，想想都崩潰。想問，如果EB-1A成功，有什麼捷徑早點入境美國，不等排期？是不是可以申請O-1能先入境美國開始工作，然後在美國境內等排期？如果EB-1A中了，申請O-1是不是比較容易？

答：

O-1簽證是一種可行方式，讓你先進入美國工作，然後等待優先日排期的到來。雖然O-1簽證並不完全屬於「雙重意圖」的簽證(即同時允許移民與非移民意圖)，但它屬於一個灰色地帶——我們確實看到許多情況下，即使已提交或獲批移民申請，美國領事館仍核發了O-1簽證。

雖然EB-1A可以自我申請，但O-1簽證仍須由某種形式的機構或公司擔保。目前對於「機構擔保」的規定似乎解釋得比較寬鬆，即使申請人基本上是自己所屬公司的擁有人，也能作為擔保方提出申請。

編按：O-1簽證是美國的一種非移民工作簽證，適用於在科學、藝術、教育、商業或體育領域擁有「傑出能力」或在電影和電視行業擁有「非凡成就」的外國人士。簡而言之，O-1簽證是為在特定領域表現卓越的人才提供的簽證，讓他們能在美國從事與自身專長相關的工作。◆

2025 World Journal ALL RIGHTS RESERVED