

延瑜：用心记录，传递一份热乎乎的温度和真实



这份经历让我体会到，作为一名记者，不是在现场，就是在去往现场的路上。

刚入职，我就接到了“暑期经济型酒店价格大幅上涨”的选题任务，从“假装”顾客身份询问酒店前台、说服市场监督管理局工作人员接受采访，到独立剪辑出完整视频稿件，最后又面临部分采访内容未被允许公开发布等情况，这些都

我与齐鲁晚报的缘分还要从三年前的实习经历说起，当时的我是一名实习体育记者，参与过CBA篮球联赛、国际冬泳节、山东大众滑雪赛等赛事的报道。

让我深刻地体会到，要想成为一名热点记者，采访、撰稿、拍摄和剪辑等仅仅属于基础技能，更重要的其实是具备如何代表不同利益的各方沟通，甚至斗争的能力，我们做的不仅是守卫勇敢，更守卫了对正义的那份执着。

与从事小众职业的植保无人机飞手交谈，采访救落水游客的临淄教师，专访“山东省高校黄大年式教师团队”获得者——工业互联网应用专业群教学团队的带头人韩玉铭……这些也让我学着与大时代背景下的各行各业的人物共情，对于他们经历的酸甜苦辣，很多时候我们能做的很少，但至少可以在田野里记录他们，传递一份热乎乎的温度和真实。

未来，我会努力学习各项业务技能，提高综合素质，培养“脚力、眼力、笔力、脑力”“四力”，努力成为一名优秀的媒体从业人员。

张瑞雪：找一根勾悬语言的“金线”



的确是痛感的。

直面问题，直面恐惧，直面不确定性。如何使得大量事实有层次、强逻辑，如何以精确的新闻语言讲述复杂事件，如何最大可能规避与当地行政部门的摩擦而又不缩减稿件力度，如何让文字与视频等不同介质之间流动起来等，都是极富挑战的现实课题。

比起在学校宽松舒适的“温水”环境，工作显然需要一套能够在“热水”中游泳的皮肤，这皮肤的剥落与重新生长都是在短短周期内完成，个人成长

《700元押金只退100元！市民租房遇房屋托管公司“倒闭”》这篇稿件，打磨了整十天，从五千字删减至两千字，删去的是我们的“不专业”。老师们为我们逐字把关，这种经验对于一个有志于新闻的新人殊为难得，我更希望将其视为一次全方位的自我检视。

在或大或小的选题中，越具体越困难，但越具体也越有切肤的体悟。例如，完成“康复治疗师”这一稿件让我经历了对一行行业完全“无知”到“有所知”，从对某一人群从众地误读到产生共情。喜欢这种随时更新认知的感觉，自己会因收获知识而喜悦，希望读者也能读出这份喜悦，这种共振会让人幸福。

此后，面对繁杂的“事实”，我想记者也需定力，需要很坚固的抓手，给散落的信息找一条“金线”，能贯穿稿件又熠熠的隐秘金线。

杨柳菁菁：不断提升自己，向一名优秀设计师迈进



作为一名见习的技术部门设计师，在这段时间里，我积累了很多宝贵的经验。在见习期间，我有幸参与了一些项目的设计工作，并与工程师们进行了深入的合作。通过与他们的交流和合作，我意识到设计师不只是负责外观的美化，更需要考虑到技术的可行性和实现的可行性。在设计过程中，我要充分了解技术要求和约束条件，以便设计出既美观又可行的解决方案。例如在中秋节主题场景项目中，由于专业的不同，我需要

对建模技术有更深入的了解，对模

型面数和整体造型的复杂程度进行衡量评估，避免后续对建模人员工作内容造成影响。

见习期间，我有机会参与到项目的不同阶段，与不同领域的人员合作，并学习了如何与他们高效地沟通和协作。例如在咖啡馆地图设计项目中，我意识到在与其他部门人员合作的工作中，团队合作能力和沟通能力是至关重要的。我与对接人的沟通从我只会听对方的要求，变成双向提出想法和意见，提升了完成效率。我意识到完成比完美更重要，如果一味地追求完美，反复抠某一处细节而导致其他工作延期，最后加班赶工反而会对整体美观产生负面影响。

我在技术部门的元宇宙手绘设计工作方面收获了很多宝贵的经验和启示。我将继续努力学习提升自己，以成为齐鲁晚报·齐鲁壹点一名优秀的设计师。

张雅楠：用实践检验真知，以新闻理想点燃未来灯塔



当我看到齐鲁晚报·齐鲁壹点分工明确的管理体系、专业严谨的内容生产、深度精确的数据支撑，以技术与理论逻辑搭建的“智库”“元宇宙”“算法”……这让我更有勇气去投身于这个平台，并且相信在这里我可以真正相信新闻、理解新闻。

在果然视频中心的轮训，让我第一次在“做新闻”这件事上有了真实的体验。这个阶段，济南发生暴雨、地震，河北涿州洪灾牵动人心。一方面，我们直赴济南受灾小区的第一现场，回访受灾居民，第一时间

感受到他们的焦灼心情；另一方面，在这种情况下进行采编，又是否需要考虑受访者的的心情，新闻采访的尺度又在哪里？这些问题仍萦绕在我脑海中。

之前对于灾难新闻的认知只停留在书面的“名词解释”之上，只知属于“新闻伦理”的范畴。而这种浅层的理论解释，在对河北涿州受灾群众进行电话采访时，骤然变得鲜活起来——书商因为洪灾损失千万、各处的断水断电，自发组织的救援队奔赴涿州现场……为联系当地民众，我辗转多个社交平台，加入了当地居民的互助群，一条条弹出的求助信息和支援信息也让我深受感动。

实践让我真正跳出了书本的理论理解，以脚力、眼力、脑力、笔力去践行新闻的真实、及时、客观。以新闻理想点燃职业灯塔，只为把未来的每一步走实、走稳，一路生花！

尹睿：在拥挤的人群里听欢快的歌



社会系统里折射的是什么问题。”这是我学到的第一课。

后来，在见习第一周有幸参与了七夕相亲大会的采访活动，当我向别人介绍“我是一位记者”的时候，不由得心里一颤，“我真的在做这件事了吗？”我这样想。虽然当天的采访成果并不是那么出色，一起工作的小伙伴各有各的闪光点，

还记得第一天入职的时候第一次报题，指导老师简短的几句话让我对选题产生“顿悟”，“把自己抽离出来，跳出既定的框架，整体去看选题在社会系统里折射的是什么问题。”这是我学到的第一课。

需要学习的东西还有很多。但是我仍然记得当天下午哗啦哗啦的雨声和雨后的夕阳以及走在人群中想要“呐喊”的感觉。朋友问我找到自己喜欢的事情是什么样的感觉，“像在拥挤的人群中听着一首欢快的歌一般”。我对她说。

见习的这段时间里，我学到了很多关于新闻写作的宝贵经验和技巧，每天循环往复的选题-报题-整合新闻-编辑-发布，无论是报道中自己署名的成就感，还是梳理清楚一则热闹的前因后果所带来的酣畅淋漓之感，都能够让自己不断地产生着与社会、与他人“链接”的快乐，感受着记者这份职业给自己带来的“成长空间”。虽然我觉得我还称不上一名新闻工作者，顶多是一名爱文字的修炼人，但是既然选择了就要为自己的文字负责。未来还有很长一段学习之路要走，路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。

张宇宁：跟随前辈的脚步，成为一名光荣的记者



当记者的感觉；在前辈的帮助下，写稿子做视频，样样都要上，样样都要好。在内容中心，曾经做视频后期工作的我，也要拿起笔杆子，独立撰写新闻与时评，参与紧张有序的编辑工作。

每一位前辈，都会无私地带我去上手每一项全新的工作；每一次总结会，王健总也都会给我们最大的鼓励，给紧绷

的我们营造“松弛感”。齐鲁晚报·齐鲁壹点，作为最“新潮”的“传统媒体”，突破了我的固有观念：这是一支“少年感”的队伍，是媒体融合的时代背景下，打造新型现代智慧传媒的“弄潮儿”。

截至现在，短短的见习时光里，我经历了很多。记忆尤其深刻的，是跟随深度报道部记者张国桐老师前往历城公安局唐冶分局，拍摄与电信诈骗相关的视频。这是我离公安系统最近的一次，深刻了解新闻工作者要肩负多么大的使命，面对多么大的危险。但是，当我们成为民众的“嘴替”，为大众谋权利的时候，又是一件多么幸福的事情。

在齐鲁晚报·齐鲁壹点，我想，我不仅仅可以跟随前辈的脚步，成为一名光荣的记者；更能够深深扎根于济南这座城市，实现自己的人生价值。

袁秋征：跨行步入传媒行业，收获满满



在壹点内容中心，我的工作主要是转载官方媒体稿件和编写新闻稿件。“一定要参考官方性媒体信息”，“这种图片违背新闻伦理引起读者不适”……吴金彪老师和吴佳老师通篇一句一句地帮我确认信息来源的真实性和语句的正确性，正是这两位老师的指导让我意识到新闻的严谨性。

在果然视频中心，我更加感受到做

记者的辛劳。大街上的雪糕消费者、电动车商家、稻田画景区工作人员和游客、凌晨三点的劳务市场上的劳务人员、晚上十二点的出租车司机、下午休息的外卖小哥、民政局领证的新人等等，通过对这些人的采访，不仅让我感受到了人生百态，更让我收获了更多的经验。首先，我要准备好针对采访对象的提问，并且随着现场情况做出灵活调整。通过与被采访者的交流，我更好地理解了采访的艺术和技巧。最重要的是，我学会了在一次次被拒绝后依然能够厚着脸皮采访下一位受访者。我要抽出更多时间提高剪辑能力和文字写稿效率，以应对以后的工作。

通过与老师、新同事的交流和学习，我不仅在理论知识上有了了一定的提升，还学到了很多实际操作的技巧。在未来的工作中，我将继续提高自己的专业素质。

周小涵：脚踏实地，努力成长为“多边形战士”



我对于新闻人应该是怎样的、新闻工作应该怎样开展有了初步的认识。

在果然视频中心，我完成了人生第一次外出采访，我们来到了长盛小区实地探访受灾情况，采访了受灾居民，虽然采访和拍摄技能比较拙劣，但还是完整地完成了现场报道的视频和稿件，看到报道最后呈现出来的样子感到由衷满足。之后我参与

了河北暴雨采访，超然楼摄影师采访，以及在千佛山相亲大会的跟进报道，在一次次锻炼和老师们的悉心指导下，自己的语言和文字表达力有了一定的提高，如今也能够做到快速剪辑短视频和写出一篇稿件。除此之外，在见习期间我们还观摩了历城二中女足回归的现场直播和《壹球成鸣》栏目的制作，了解到第一现场的真实情景以及幕后的工作情况，这对我来说都是十分新奇的体验。

这一个月里，我也发现了很多欠缺的东西，比如在采访中面对一些现实问题社会经验不足、不知道什么该问什么不该问等，还有很多未知的“关卡”等待我去解锁。

我始终相信人的潜力无限大，在之后的见习工作中，我也会更加积极学习，脚踏实地，努力把自己塑造成可以多方面“作战”的“多边形战士”！