

### "融媒轻骑兵"作战体会

夏天

今年因报道上海"两会"的契机, 上报集团组织包括本报3名前方记者在 内的同行们转型"融媒轻骑兵",发放了 大疆OM云台、GoPro等准专业设备。

前不久,我去一所中学采访"开学 法治第一课",课前我刚亮出"满挂载" 的 OM 云台,打开补光灯想试试曝光效 果,上一秒还闹哄哄的少年们,下一秒 马上安静下来,正襟危坐,看来是被我 这专业的架势唬住了,这让我暗自得意。

其实文字记者在采访之余拍视频和 照片并不新鲜,但那些画面抖动明显、 光线昏暗、收音效果不理想的内容,也 剪不出太高上限的成片,让最终的融媒 传播力不够专业。因此"融媒轻骑兵" 的设计,包含了让大家从采访拍摄阶段 就提升内容质量,最终输出高质量融媒 作品的期望。

大禮 OM 云台是我使用最多的拍摄 装备。它的优点一是画面稳定,二是电 池续航时间长,三是确保可用手机直接 对拍摄素材进行粗剪,提升工作效率。

使用云台后,即便走动、换手,带来的抖动都被过滤在普通观众可接受的范围内,一些摇、移镜头都初步显现出专业运镜的痕迹。续航方面,云台的电量支撑1天毫无问题。

这次集团提供的装备里还很贴心地 包括一个挂载圈,让云台也能加挂补光 灯、"小蜜蜂"接收器等组件。此举也 基本满足了我们文字记者的拍摄需求,甚至足够拍出准专业的访谈和记者出镜视频。 作为军事爱好者,看到自己的"满挂载" 云台,就像看到一架多用途挂载的歼16一样爱不释手。

"小蜜蜂"话筒不仅能获取高质量的 收音效果,在一些会场更有"奇效",那就 是将"小蜜蜂"放在会场边的音响处,也 能清晰接收所有与会者的发言,免除了记 者需跟随发言人的变化,不停走动摆放话 筒的问题。

剪辑方面,大疆一键剪带来很大惊喜。 有一天的任务是需要拍摄"轻骑兵"整装 待发的花絮类内容,我用一键剪高效且相 对专业地制作了一组20秒的短视频混剪, 得到后方新媒体编辑们的好评。而当开始 剪辑采访视频时,剪映软件成为主力。它 的剪辑易用性、渲染速度,相较于我对视 频渲染的陈旧印象,都是划时代的。

通过亲自对多条采访视频进行剪辑, 我感受到由"融媒轻骑兵"自行开展视频 初剪有两大优势,一是记者能凭借自己对 采访过程的清晰记忆,高效提炼出采访中 最值得呈现的内容;二是初剪后的视频文 件更小,提高了前方向后方传输数据的效率。

升级为"融媒轻骑兵",丰富了我们的 专业技能,挖掘了我们的职业潜能,为今 后我们做好更深度的融媒报道打响了发令 枪,打下了根基。

# 工作中,你被监视了吗?



朱非

生活在大数据时代,隐私却无处遁形。 工作时间做非工作内容被认定"摸鱼";上 班吃东西刷剧被当作反面教材通报批评;上 午刚投出去的求职简历,下午就被辞职。工 作中,你被监视了吗?

就在前不久, 国美电器的一则处罚通报 引发热议, 员工在上班期间使用的非工作流 量信息一目了然, 比如刷视频、听音乐、网 购等行为, 都被一一监控着。

无独有偶,近日一行为感知系统也被大家熟知,这则系统不仅可以监控员工的怠工情况,还可以监控员工的离职倾向。在和朋友的聊天过程中,确知此事就真真切切地发生在我们身边。她的同事在投出求职简历后不久,即被上司约谈逼问,最终还是没有回旋余地,被辞职了。我们不禁要问,这种监控行为是否合法?

现实中一些企业为了提高员工的工作效率,不仅在走廊等公共区域安装监控,还在办公室安装摄像头,监督员工的日常工作行为。

诚然,企业要求员工在工作时间内认真专注于工作无可非议,但是采用监控手段是否是正确的选择呢?这种监控行为一方面会

使员工在上班期间产生抵触情绪,工作积极性 大打折扣,另一方面会使得企业和员工双方产 生不信任感,容易造成人才流失。因此,监控 系统只是辅助企业管理的手段,而不是最终目 的。

企业管理者要想取得最大效益,则需要转变思维,建立健全绩效考核机制、人才培养规划,首先要留住人才,人才是第一资源,决定着企业未来发展的命运;其次设置必要的奖励机制,激发员工的内生动力;最后如果为防止泄密等必要情况下需要安装监控系统,务必及时告知员工,并对其个人信息加密处理,解除员工后顾之忧。

劳动者既然与企业签订劳动合同,就要严格遵守企业纪律,明确岗位职责,在工作时间完成工作任务是第一要义。但如果遭遇企业监控行为侵犯个人隐私或者造成个人信息泄露等情况,要果断拿起法律武器维护自己的合法权益。一方面员工可以向公安部门、互联网管理部门等进行投诉举报,另一方面还可以申请劳动仲裁,或者提起民事诉讼。

对于如何平衡企业合法监控和员工隐私权保护的问题,在法律没有明确规定的情况下, 我们勇于对不合理的监控行为说"不"!

## 江鸥舞蹁跹







#### 与疫情抗争到底

金勇

新冠疫情已经持续两年多了,我国通过严格的防控措施,在防疫抗疫方面取得了世人瞩目的成就。

最近,新一波疫情又向我们袭来。因 为孩子学校的缘故,我也第一次近距离感 受到了防疫工作的艰辛。毕竟,在之前的 两年时间中,更多的是做好个人防护措 施,打疫苗、戴口罩,尽量窝在家里,只 是在电视和网络中获取相关的各种信息。

按照孩子学校的要求,前两天全家人 前往学校进行核酸检测。学生和家长排着 长队从校外蛇形向操场行进,登记后次第 进行核酸检测。

检测人员身着防护服,按照流程给每个人标记,然后取样。稍有间隙,他们赶紧活动活动腿脚,捶打着手臂的肌肉,以尽可能保持良好的状态,为这数千人服务。即使如此,每当有家长或孩子提出问题时,检测人员都会非常耐心地予以解答,丝毫看不出他们已经连续工作多时,

精力和体力都已开始透支。

而学校的老师们眼里写满了疲惫,了解 后得知他们这几天都在学校过夜,睡眠得不 到保障的情况下,还在坚持为学生上网课。

因为精神不济,口误在所难免,老师赶紧向学生道歉,希望孩子们能体谅;因为身体消耗,一些老师失去了往日的神采,但依然坚持更多地通过音频与学生互动,强化学科知识的吸收效果。

为开复工证明前往居委,工作人员非常 娴熟地指引我填写表格,并仔细询问相关情 况,还善意地提醒需要注意的一些防疫事 项。

而我也仅仅只是接触了一些外围的情况,结合从资讯中获知的防疫工作日常,更 是感叹不已。

疫情已经困扰全人类两年多了,多次的 变种让病毒传播性更强、更疯狂,亿万人被 感染,无数生命因此逝去。但无论如何,我 始终相信"人定胜天",病毒打不垮人类。

# 搬家中的"断舍离"

谢钱钱



## 春意渐浓踏青去

陈友敏

平日里采访总是来去匆匆,写稿也是 终日对着电脑屏幕,直到某一天去顾村公 园采访,看到枝头樱花俏立,才意识到春 意渐浓。春光不可辜负,于是便和好友相 约,在某个气温适宜的周六前往公园踏 青。

约定日期还没到,聊天群里已经早早 讨论开。具体去哪个公园?有没有帐篷、 野餐垫?再来点水果、炸鸡、甜品、饮料!除了吃,还有什么消遣?斗地主还是 玩桌游?在室内憋闷了一个冬天,大家都 对这场"春日野营"抱有极大的期待。

周六一大早,为满足朋友要求,我一大早就前往生鲜超市,采购4人份五花肉,回家烤制人气美食——脆皮五花肉。 焯水、腌制、进烤箱,花费2个小时,满满当当两大盒脆皮五花肉终于准备妥当。

切水果、调咖啡, 装好脆皮五花肉、 麦当劳翅桶, 带上帐篷, 一切准备妥当, 再騎着小电驴,来到附近的公园。一进公园,就看到一只橘猫躺在石头上,眯缝着眼睛,慵懒地享受春日里的阳光。不少游客已经在草地上扎好了帐篷,看着孩子在春光里撒放。

我和朋友拎着大包小包,在公园里找场 地"安营扎寨", "不如就选这里,地势平 坦,背靠大树,面朝河流,风景一级棒!"

吃吃喝喝,谈天说地,一下午的时光很快溜走。夕阳西斜,春风料峭,不少游客已经收拾离开,我们一行 4 人却迟迟不愿离去,从野餐垫转至帐篷内,在手机手电筒的照明下,沉浸于桌游带来的快乐。等意识到天色已晚,准备收拾回家时,才发现整个公园除了工作人员,游客已经全部离场。

"我们这次来得有点晚,还没尽兴,天就黑了,下次要赶早!""下一次等樱花盛放的时候我们去顾村公园吧,提前预约好野炊场地,吃好玩好!"

趁着休息的周末,跟好友搬家了。收拾过程中说的最多便是: "这个不要了"。于是,满地都是废弃物,个人垃圾分类能力显

90 后常给人的印象是:不羁、自由。 我和好友则不同,除了衣服、化妆品、书籍、玩偶等,还有各式各样的锅碗餐具,茶 米油盐,木制、玻璃制等收纳箱,以及一辆 上百斤的动感单车……有句话说,"房子是 租来的,但生活不是"。我们一直乘持着这 样的理念飘泊于上海,但在此次搬家过程中 险些崩溃,从来没有意识到这个小小的出租 房竟如此"藏污纳垢",繁琐到要用收纳箱 来收纳收纳箱。

给生活做减法,才不会被物欲所绑架。 于是我和好友聊起"断舍离"这个"过气网 红"。记得早几年,无论线上线下,大家嘴 边都挂着这个倡导"新生活"方式的热词, 软文更是铺天盖地。日本的一位收纳师山下 英子以此为名作了一本书,谈论选择和决 断,将其用于日常整理,更深的人生哲理则

是倡导大家甩开惰性、刺激思维的新陈代

谢。除了购物、整理,"断舍离"甚至被用于 人际关系等成功学。

那么,日式的"断舍离"真的适合我们吗?记得小时候,家里老人健在时,有岁数的老物什也要擦擦亮、返返工再使用。他们生于物资匮乏时期,节俭的美德一直相伴走过贫瘠生活,走向富足的如今。对我们而言,不再困圈于物质生活,而更加是被积蓄的情感牢牢绑

橱柜角落里放着一个许久没用过的饭盒, 表面落了一层薄薄的灰尘,高三时家里人每周 去学校看我时总会带着;阳台摆着竹片扎成的 花架,还有十几个瓷器小花盆,这是夏天时心 血来潮种植多肉植物后的"遗迹"……每一个 物件都挂着一缕念想。

看到我恋恋不舍的样子,好友提醒:"这个饭盒你会用吗?"思考过后,饭盒还是被我分类丢进了垃圾箱,花架也留在了阳台上。

有人说,真正的"断舍离",其实是计划生活。生活需要"断舍离",前行的背包才不会沉重。而那些割舍不掉的深沉的情感、念想,要用积极的行动去缔结、去丰收。