



那个看《新闻周刊》的女孩，梦想成真了

以第一志愿考入新闻学院，先后在上海市长宁区政府、Sixth Tone、人民日报社实习，保研至本院国际新闻与传播专业……如今，新闻学院2022级本科生付晓晴，累计发表40余篇报道，总浏览量破百万。日前荣获学校2024—2025学年度优秀学生标兵称号。

与新闻学的缘分

高中时期每周日晚，学校会组织同学们集体观看《新闻周刊》。在紧张的学习生活中，这45分钟成为付晓晴为数不多的放松心情时刻。

新闻理想的种子，悄然萌芽。“如果作为传播者去报道这些新闻，应该会很开心。”2022年夏天，这份憧憬化为志愿表上的第一志愿——新闻传播学类。在她看来，新闻学既能让她广泛接触社会，又能成为一个“讲故事的人”，恰好契合了她的志向。

在新闻学院的品牌实践项目“记录中国”中，她亲历了新闻采写的全过程。2024年6月，她随团队前往甘肃天水，开展为期7天的实地调研采访，探寻天水麻辣烫在网络走红之后当地商

户的处境与思考。她创造机会，采访到因排队游客太多而露出“痛苦面具”的“表情哥”纳国平，“要抓住一切机会去找采访对象，如果不多问一句，线索可能就断了。”这次专访，最终成为团队首篇刊发的稿件。

其中，她主笔的《天水麻辣烫爆火之后，如今流量几何？》登上澎湃热榜第3位，被多家媒体转发；参与拍摄的《天水观察：当流量潮水退去》也进入澎湃热榜前十。

从这次实践中，她触摸到“记者”这个身份的真实重量。

“哪怕被拒绝，也要多问一句”

从实践入门到成为真正的“传播者”，有很长的路要走。

第一道难关，是克服向陌生人提出采访邀约的畏惧。在人民日报社实习期间，为了解二手店的线下经营情况，付晓晴穿梭于各家门店，伺机采访店员和顾客。但“基本上采访五个人，只有一个人会同意”。

但她没有退缩，最终完成了报道《二手小店、商品寄卖店、二手平台线下店——实体二手店，悄然热起来》，发布于《人民日



报》(海外版)。跨越了这道坎，她也跨越了内心的畏惧。

采访只是第一步。新闻写作很少“一稿就过”，将手头资料转化为读者爱看的文章，要历经主笔记者与编辑的反复打磨。除了私下的模仿与练习，付晓晴借鉴文科学习的方法，为每段媒体实习建立SOP：每篇新闻刊发后，她都会对比初稿与终稿的差异，结合带教老师的反馈记录下来，定期复盘温习。

辗转于不同风格的媒体，她的新闻视野不断拓宽。在Sixth Tone，从日常生活中挖掘国外有

关中国的热点议题，学会用世界语言表达本土经验；在人民日报社，解读出台新规，用数据与事例解读行业经济状况；在澎湃研究所，聚焦区域政策，梳理发布背景及潜在影响……每一段经历，都让她坚信：“要多学多用，才能从中领悟到更多。”

把中国故事讲到远方

付晓晴走上国际传播之路，看似源于一场“巧合”，实则是步步为营的规划。

2024年1月，还是大二学生的付晓晴通过校选，正筹划参加全国大学生职业规划大赛上海市赛。就在她计划延续校赛思路，以社会新闻记者为方向时，老师一句“响应国家号召”的提醒给了她灵感：不如试试国际新闻记者。

比赛中，她结合上海谦和大方的气质与国际新闻记者职责，把自己姓氏“付”的首字母“F”与信念“Faith”、未来“Future”串联成“3F”的故事，最终斩获铜奖。

这并非她第一次以国际传播者的身份展现中国文化。2023年1月，在由缅甸宗教事务与文

化部主办的澜湄合作项目“澜湄优秀艺术生国家地标雕塑与绘画青年营”中，付晓晴将中国长城与上海中心大厦的意象融入玻璃品制作中，“我不只是想让国际友人理解作品，更希望他们能喜爱我们的文化。”这次经历，点燃了她对国际传播的向往。

“我在大三、大四所做的努力，都是朝着国际传播这个方向走。”付晓晴说。大三下学期，她赴澳大利亚交换学习，作为2025年澳大利亚联邦选举报道项目里唯一的中国成员，负责拍摄制作民意调查视频。

背景调查中，她发现澳洲居民在社区投票时，常有香肠摊贩在票站外设摊，鼓励选民购买，形成了“民主香肠”的选举传统。她以此为话题引入，梳理出摇摆区年轻人对两党选举时公布的政策看法的故事线。视频最终在墨尔本31频道播出。

“我不是特别追求稳定的人。遇到新鲜事，我都会尝试一下，丰富自己的人生体验。”付晓晴这样形容自己。未来，她将继续向着更广阔的国际传播舞台，稳步前行。 实习记者 田卓雅

创造、服务、联结、超越 把惊喜注入平凡的行走

这个春天，数千年轻人在上海的街头巷尾出没，他们随身带着一个黑绿色的文件袋，封面上印着一串文字：PolisSH V。

这串文字来自获得“2025年上海高校活力社团”“2024—2025学年复旦大学本科生五星级社团”称号的城市定向社。3月21日、22日，PolisSH城市定向第五季举行。

高强度的挑战所磨砺出的能力，早已超越游戏本身。而社团的意义也在此刻显现：不止于“有趣”的集结地，更成为学子的第二课堂，让“卓越”闪光。“旦旦城定”公众号的简介诠释着这一理念：来复旦城定，感受别样申城；看十里洋场，不止川流不息。或许，在弄堂里听大爷大妈将老上海的故事娓娓道来；或许，与陌生玩家偶然同行一程，邂逅一段长久的情谊。

周末，两千人的“重踏故土”

作为城市定向社的王牌活动，PolisSH系列自2024年首次亮相以来，便凭借沉浸式的剧情设定、精巧的实景谜题和独特的城市探索视角，在沪上高校圈粉无数。

这学期，PolisSH第五季活动以“重踏故土，循迹明光”为主题，短短半周，报名数就突破了原定2000的玩家限额。

“为了保障整体游戏体验，在报名人数达2200人时截停了。我们不得不紧急加购物

料。”现任社长、化学系2023级本科生李雨泽笑道。但此时，后台还在源源不断地涌入私信，请求“补报名”。

第五季延续核心玩法，玩家可选择单人出击或组成小队，手持精心设计的任务书与物料包，穿梭于五个点位——从繁华商圈跃入清朗绿地，从满载人文记忆的老建筑，钻进鲜为人知的美丽一隅，一步步逼近终极谜题，解出终点的所在地。

不同于纯粹的citywalk，PolisSH的旅程始终与谜题相伴，以层层递进的剧情、充满巧思的线索为指引，借一种“任务导向的行走”，重新认识自己所处的城市。例如，本次的“静安寺”A点位中有一道题目如此描述：“我喜欢和妈妈一起旅游徒步，我们去过好多次的地方，我也非常爱旅行，每次旅行都让我很开心。”那个来自星星的孩子在行人的休憩点画了一幅画，他会如何命名它呢？

这道题指向路旁展示自闭症儿童画作的长椅，答案为“金色山峦”。在这样的基础点位及此后的解谜区“Puzzle”中，玩家们需要观察细节、缜密推理，才能从城市的肌理中找到答案，解锁下一段探索路径。

第五季应用了社团成员从0到1搭建的小程序，从而呈现更具质感的剧情演出、优化答题流程。作为技术团队的一员，计算与智能创新学院2024级本科生李若瑾说：“开发面临许多难点，

我们为了‘地图扫描’的动效和沉浸感做了许多测试。调试没停过，同学们每天都是‘两眼一睁就是干’的状态。”

“解谜很烧脑，但巨大的运动量也在挑战玩家。”李雨泽说。如果按人均25000步算，PolisSH第五季玩家总步数约达5000万步。

从idea的火花，走向五星级社团

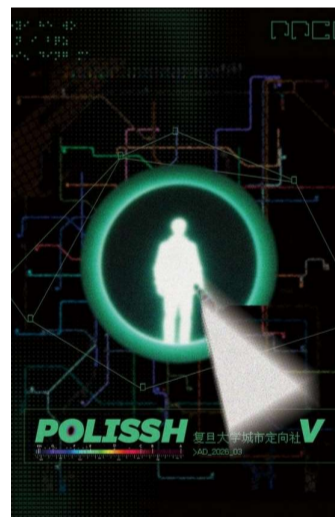
定向运动(Orienteering)起源于北欧。而城市定向进行了改良与创新，以城市空间为游戏场，注重融合路线探索、实景解谜、团队协作与人文体验。

自2023年6月成立以来，城市定向社已举办四十余场活动，吸引了来自全国各地一万余人次的玩家。

它始于一颗探索的火种。社团创立者、社会发展与公共政策学院2025届本科毕业生吴致远借班级团建的契机，发起了一场实验性城市定向活动，召集20名玩家穿梭上海六个行政区，“我们聊着聊着，就萌生了做社团的想法”。

2024年3月，社团推出首个原创城市定向品牌活动——PolisSH第一季，成为社团发展史中的里程碑。“polis”在古希腊语中意为“城市”或“城邦”，“SH”则代指上海，二者相合，还暗含了“打磨(polish)”每一份作品的期许。

活动收获近千名报名，“试



水”大获成功，社团成员看到了城市定向的魅力与潜力，也更加坚定了“打磨”卓越活动的决心。

奔波行路 探索未知

从校内小游戏，到每年吸引近3000名玩家、辐射整个沪上高校圈乃至全国城市定向爱好者的品牌活动，3年间，城市定向社走出校园、链接社会，多次收到来自企业、政府机关、社会组织合作邀约。不少人专程来沪，只为体验这场独具特色的探索之旅。

南区学生活动中心是社团的“根据地”。第二任社长、国际金融学院2025级研究生王诚瑞回忆：“每次都会反复过流程、提出新想法，然后打磨各种细节，写了满满一黑板，最后保安过来敲门说‘可以走了’，我们才肯离开。一大群人在门口站着，聊没

聊完的东西。”

以PolisSH系列为例，从第一季“初遇城市”到如今“重踏故土”，为了让全流程平衡趣味性与挑战性的同时兼具新意，策划工作往往历时数月，可能组织十几次大讨论；成员们内测踩点，模拟玩家动线，确保点位距离、区域耗时都分配得当；团队也特别提醒大家注意安全，出发前购买保险、路途中注意交通安全等；还会细致摸排多个社交平台防止“云玩家”，确保每个答案都藏在真实的街巷中。

加上PolisSH第五季，经济学院2023级本科生康宇琪参与了11场城市定向活动。她坦言：“通过一场场城市定向，越来越能挖掘和体会到上海独特的烟火气息：不仅仅是新兴的国际大都市，更是一个可以深入其中探索生活脉络的栖居点。”

她记得那一个个奇妙的时刻。“帧率守护者”活动那天，她在田子坊做题时，拿到了一枚彩蛋，生活的小彩蛋和定向的小彩蛋就此重合；好几次在点位闲逛的时候发现了宝藏小店，探访了一直想去但没有去成的地方。她常常在终点和工作人员们畅聊活动中的小巧思，最后一同吹着江风离开。

正如吴致远所言：“满怀期待、奔波行路、探索未知，你将真正地与你脚下的城市、身边同行的人建立一次真实联系，收获独属的深刻记忆。”

实习记者 丁宇茜