

围绕董事会确定的五项核心能力打造 Toastmasters Pathways 学习体验。

五项核心能力

注意，使用 Base Camp 的各位会员将有机会从众多选修课程中进行选择，以拓展他们的学习。通过这些选修课程，您可以灵活地掌握每条路线中涵盖的所有核心能力。

1

公众演讲

2

人际沟通

3

战略领导力

4

管理

5

自信

自信是个人特质，无法教授，但贯穿于每条路线当中。

11 条路线

每条路线涵盖的主要核心能力按照重要程度进行排序，位于路线名称旁。

	动态领导 培养战略领导力和化解冲突的技能	1 2 3 5
	高效教练 培养人际沟通、领导力和教练技能	1 2 4 5
	运用幽默 培养公众演讲和演讲稿撰写技能	1 5
	创新规划 培养创意项目管理和沟通技能	1 4 2 5
	领导力培养 培养沟通与领导技能	1 2 4 5
	激励策略 培养激励型领导与沟通技能	1 2 3 5
	有说服力的影响 培养在复杂情况下进行领导的技能	1 3 2 5
	精通演讲 培养公众演讲技能	1 5
	战略关系 培养人际交往、领导与沟通技能	1 2 3 5
	团队协作 培养协作领导技能	1 4 2 5
	愿景沟通 培养创新沟通与领导技能	1 3 2 5



动态领导

本路线帮助您培养成为策略型领导者的技能。本路线中项目的重点：了解你的领导风格和沟通风格、冲突对团队的影响以及化解和管理冲突所需的技能。这些项目还注重制定促进组织或团队中改革的策略、人际沟通以及公众演讲。本路线以注重运用你所学到的领导技能的项目而告终。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 了解你的领导风格
- 了解你的沟通风格
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 商议最佳结果

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 与听众链接
- 通过人际关系网络进行沟通
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 有效的肢体语言
- 主动倾听
- 了解幽默感



培养技能

- 应对变化

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 应对棘手的听众
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 公共关系策略
- 成功管理项目



展示专业知识

- 应对不同情形的领导力

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 高效领导力
- 带领志愿者组织
- 为职业演讲做好准备



高效教练

本路线帮助您培养作为积极沟通者和领导者的技能。本路线中项目的重点：理解和达成共识、通过辅导促进他人发展以及培养强大的公众演讲技能。每个项目都注重有效人际沟通的重要性。本路线以您设计的“高效领导力”项目而告终。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 了解你的领导风格
- 了解你的沟通风格
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 达成共识

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 与听众链接
- 通过人际关系网络进行沟通
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 有效的肢体语言
- 主动倾听
- 了解幽默感



培养技能

- 积极教练下的成长

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 应对棘手的听众
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 公共关系策略
- 成功管理项目



展示专业知识

- 高效领导力

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 带领志愿者组织
- 为职业演讲做好准备



运用幽默

本路线帮助您培养成为出色演讲者的技能。本路线中项目的重点：了解听众如何响应不同类型的幽默，并提高您运用幽默感讲述内容的能力。这些项目有助于理解有效的公众演讲技巧、撰写演讲稿、发表演讲以及使用幽默故事的方法。本路线以您运用所学顺利完成发表较长的颇具专业的演讲而告终。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 了解幽默感
- 与听众链接
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 通过幽默感吸引听众

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 通过人际关系网络进行沟通
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 主动倾听



培养技能

- 幽默感在即兴演讲中的强大作用

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 公共关系策略
- 成功管理项目
- 应对棘手的听众



展示专业知识

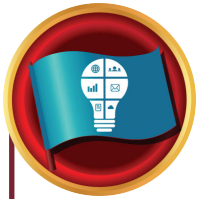
- 发表包含幽默内容的演讲

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 高效领导力
- 带领志愿者组织
- 为职业演讲做好准备



创新规划

本路线帮助您培养成为公众演讲者和领导者的技能。本路线中项目的重点：发表演讲时与听众建立密切的关系、撰写演讲稿以及发表演讲。这些项目有助于了解管理项目的步骤和制定创新解决方案。本路线以您设计的“高效领导力”项目而告终。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 了解你的领导风格
- 与听众链接
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 提出建议

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 通过人际关系网络进行沟通
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 有效的肢体语言
- 主动倾听
- 了解幽默感



培养技能

- 成功管理项目

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 应对棘手的听众
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 公共关系策略



展示专业知识

- 高效领导力

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 带领志愿者组织
- 为职业演讲做好准备



领导力培养

本路线帮助您培养成为有效沟通者和领导者的技能。本路线中项目的重点：学习时间管理的技巧、制定和实施计划。本路线所含项目均注重讲述公众演讲和带领团队。本路线以您运用所学技能计划和执行一次活动而告终。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 时间管理
- 了解你的领导风格
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 计划与实施

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 与听众链接
- 通过人际关系网络进行沟通
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 有效的肢体语言
- 主动倾听
- 了解幽默感



培养技能

- 带领团队

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 应对棘手的听众
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 公共关系策略
- 成功管理项目



展示专业知识

- 举办成功的活动

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 高效领导力
- 带领志愿者组织
- 为职业演讲做好准备



激励策略

本路线帮助您培养成为高效沟通者的技能。本路线中项目的重点：学习与周围的人建立联系、了解动机以及成功带领小型团队完成任务所需的技巧策略。本路线以全面的团队建设项目而告终，该项目集中体现了您所学的所有技能—包括公众演讲。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 了解你的沟通风格
- 主动倾听
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 了解情商

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 与听众链接
- 通过人际关系网络进行沟通
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 有效的肢体语言
- 了解幽默感



培养技能

- 激励他人

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 应对棘手的听众
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 公共关系策略
- 成功管理项目



展示专业知识

- 团队建设

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 高效领导力
- 带领志愿者组织
- 为职业演讲做好准备



有说服力的影响

本路线帮助您培养成为创新沟通者和领导者的技能。本路线中项目的重点：如何共同协商积极结果以及培养强大的人际沟通和公众演讲技能。每个项目注重培养如何在复杂环境中学习使用领导技能以及制定应对挑战的创新解决方案。本路线以您设计的“高效领导力”项目而告终。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 了解你的领导风格
- 主动倾听
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 掌握解决冲突的方法

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 与听众链接
- 通过人际关系网络进行沟通
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 有效的肢体语言
- 了解幽默感



培养技能

- 在困境中领导

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 应对棘手的听众
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 公共关系策略
- 成功管理项目



展示专业知识

- 高效领导力

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 带领志愿者组织
- 为职业演讲做好准备



精通演讲

本路线帮助您培养成为出色演讲者的技能。本路线中项目的重点：了解听众如何响应您并加强您与听众的共鸣。这些项目有助于理解有效的公众演讲技巧，包括撰写演讲稿和发表演讲。本路线以您运用所学顺利完成发表较长的颇具专业的演讲而告终。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 了解你的沟通风格
- 有效的肢体语言
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 说服型演讲

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 与听众链接
- 通过人际关系网络进行沟通
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 主动倾听
- 了解幽默感



培养技能

- 应对棘手的听众

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 公共关系策略
- 成功管理项目



展示专业知识

为职业演讲做好准备

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 高效领导力
- 带领志愿者组织



战略关系

本路线帮助您培养身为领导者在沟通中的技能。本路线中项目的重点：了解多样性、与各种人建立个人和/或职业关系以及掌握公共关系策略。所含项目均注重培养人际沟通以及作为公众演讲者的沟通技能。本路线以完成运用作为志愿者组织中领导者的技能的项目而告终。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 了解你的领导风格
- 主动倾听
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 通过人际关系网络进行沟通

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 与听众链接
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 有效的肢体语言
- 了解幽默感



培养技能

- 公共关系策略

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 应对棘手的听众
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 成功管理项目



展示专业知识

- 带领志愿者组织

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 高效领导力
- 为职业演讲做好准备



团队协作

本路线帮助您培养作为协作型领导者的技能。本路线中项目的重点：主动倾听、激励他人以及与团队协作。每个项目都有助于培养人际沟通和公众演讲技能。本路线以您运用所学领导技能的项目而告终。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 了解你的领导风格
- 主动倾听
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 成功合作

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 与听众链接
- 通过 人际关系网络进行沟通
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 有效的肢体语言
- 了解幽默感



培养技能

- 激励他人

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 应对棘手的听众
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 公共关系策略
- 成功管理项目



展示专业知识

- 应对不同情形的领导力

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 高效领导力
- 带领志愿者组织
- 为职业演讲做好准备



愿景沟通

本路线帮助您培养成为策略型沟通者和领导者的技能。本路线中项目的重点：培养和发展团队内的信息共享、计划沟通和制定创新沟通方案的技能。每个项目都注重演讲撰写和演讲发表。本路线将以您制定和启动长期的个人或者职业目标而告终。

五个级别



掌握基本知识

- 初试啼声演讲
- 评估与反馈
- 研究和展示



了解您的风格

- 了解你的领导风格
- 了解你的沟通风格
- Toastmasters 导师计划



增长知识

- 开发沟通方案

第 3 级选修项目 (选择 2)

- 发表社交演讲
- 使用演示软件
- 故事产生共鸣
- 创建高效的视觉辅助工具
- 使用描述性语言
- 与听众链接
- 通过人际关系网络进行沟通
- 关注积极的一面
- 激励听众
- 为面谈做好准备
- 了解抑扬顿挫
- 有效的肢体语言
- 主动倾听
- 了解幽默感



培养技能

- 传达变革

第 4 级选修项目 (选择 1)

- 创建播客
- 创立社交媒体地位
- 应对棘手的听众
- 写一篇引人入胜的博客
- 在线会议管理
- 问答环节
- 公共关系策略
- 成功管理项目



展示专业知识

- 发展愿景

学习路线完成

- 反思你的学习路径

第 5 级选修项目 (选择 1)

- 有所认知
- 主持专题讨论
- 高尚领导力
- 高效领导力
- 带领志愿者组织
- 为职业演讲做好准备