

STĀSTNIECĪBAS NOZĪME

Stāstīšana ir viens no spēcīgākajiem cilvēces instrumentiem. Stāstiem, ko bez stāstniekiem, literātiem, izmanto arī pedagogi, politiķi un reklāmdevēji, ir spēja ietekmēt un mācīt, iedvesmot un pārlicināt.

Izcili stāsti maina cilvēku dzīves, tie ietekmē –

Kā jūtamies

Stāsti pieprasa emocionālu iesaisti

Kā domājam

Stāsti rada un notur interesi

Kā rīkojamies

Stāsti rada vēstījumam papildu enerģiju

Kā uzvedamies

Stāsti liek mums rīkoties

KĀPĒC STĀSTI IR SVARĪGI?

1

Stāsti palīdz saprast to, kas esam pasaulē

2

Stāsti palīdz veidot mūsu pasaules uzskatus

3

Stāsti ietver zināšanas un dzīves pamācības

4

Stāsti izraisa emocionālas atbildes reakcijas

5

Stāsti iedvesmo rīkoties

Tie, kas stāsta stāstus, vada sabiedrību.

Platons

KĀ STĀSTU STĀSTĪŠANA IETEKMĒ SMADZEŅU DARBĪBU?

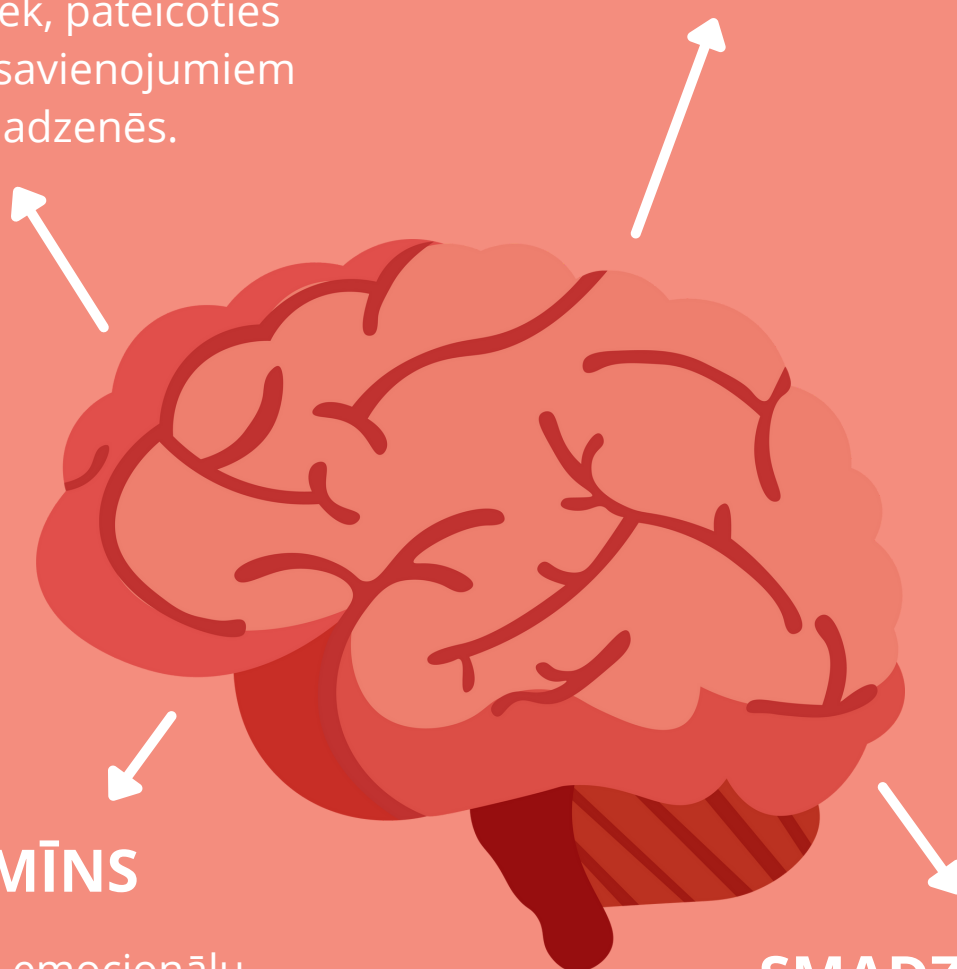
NEIRONU SAVIENOJUMI

Stāstu stāstīšana aktivizē smadzeņu daļas, kas ļauj klausītājam uztvert stāstu un vienlaikus radīt savu unikālo pieredzi un jaunas idejas.

Tas notiek, pateicoties neironu savienojumiem smadzenēs.

SPOGUĻOŠANA

Stāsta laikā līdzīgu smadzeņu aktivitāti piedzīvos ne tikai klausītāji, bet arī stāstnieks.



DOPOMĪNS

Piedzīvojot emocionālu notikumu, smadzenēs izdalās dopomīns. Dopomīns ļauj stāstu vieglāk un precīzāk atcerēties.

SMADZEŅU GAROZAS AKTIVITĀTE

Apstrādājot faktus, tiek aktivizētas vairākas smadzeņu zonas. Labi izstāstīts stāsts var aktivizēt vēl papildu smadzeņu zonas.

Līdz pat **22** reizēm ir vieglāk atcerēties vēstījumu, ja tas tiek izstāstīts kā stāsts, nevis tikai kā fakti.

Stāstnieka mērķis nav tev stāstīt, kā domāt, bet gan iedot jautājumus, par kuriem tu turpini domāt.

Brendons Sandersons

IZCILA STĀSTA ATSLĒGAS

1. ĻAUJ KLAUSĪTĀJAM SAJUST RŪPES

Stāstam ir jāspēj ieinteresēt auditoriju, ļaujot sajust emocijas. Ir jārada empātijua pret stāsta varoni vai stāstnieku.



2. AICINI KLAUSĪTĀJU LĪDZI SAVĀ CEĻOJUMĀ

Stāsts savā ziņā ir apsolījums – ceļojums, drāma, mistērija, problēma u.c., kas kopā ar auditoriju tiek piedzīvota.



3. ZINI SAVU NODOMU

Stāstniekam ir skaidri jāzina, kāda ir stāsta mācība vai kāda ir varoņa motivācija piedzīvot to, ko viņš ir piedzīvojis.



4. ĻAUJ AUDITORIJAI ASOCIĒTIET AR STĀSTU

Auditorijai ir jāspēj identificēties ar stāstu, varoņiem, raksturojumiem, lai piešķirtu stāstam vērtību un lai stāstnieks spētu noturēt uzmanību.



5. IEPRIECINI KLAUSĪTĀJU

Stāstu stāsti dzīvi, emocionāli. Spēj aizraut auditoriju, esot patiens. Auditorijā ir jārada "aizmiršanās" sajūta, dodoties kopīgajā stāsta piedzīvojumā.



Vienmēr ir vieta stāstam, kas var aizvest cilvēkus citā vietā.

Džoanna Ketlīna Roulinga

STĀSTA SIŽETA STRUKTŪRA

Stāsta struktūras pamatu sauc arī par Stāsta kalnu. Tas uzsāk stāstu, attīsta konfliktu un beigās piedāvā atrisinājumu.



1. Ekspozīcija

Ievada daļa, kurā stāstnieks iepazīstina ar stāsta personībām u.c. būtiskiem stāsta raksturojumiem.



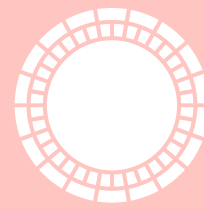
2. Konflikts

Problēmsituācija, ar kuru stāstnieks iepazīstina auditoriju.



3. Stāsta intensificēšana

Stāsta daļa, kas var ietvert vairākus, 2 līdz 3, notikumus, kas ļauj labāk izprast konfliktu vai problēma situāciju.



4. Kulminācija

Viena no visaizraujošākajām stāsta daļām, kas intuitīvi tiek gaidīta.



5. Atkāpšanās

Notikumi, kas ir notikuši pēc stāsta kulminācijas. Parasti viens līdz divi.



6. Atrisinājums

Stāsta daļa, kurā galvenais konflikts vai problēma tiek atrisināta, secinājumi par gūtajām mācībām.

Stāstu stāstīšana ir kā skulptūru veidošana – tu greb, lai atklātu ko skaistu.

Nīls Stīvensons

AIZRAUJOŠU STĀSTA SĀKUMU PIEMĒRI

Piesaistiet klausītāju uzmanību jau no stāsta pirmā mirkļa!

Parunāsim par dinozauriem?

1. ONOMATOPOĒZE –

dabas vai citu neverbālu skaņu atdarinošs vārds.

2. JAUTĀJUMS –

Kā būtu, ja jūs satiktu ar Tiranozauru Reksu?

3. PĀRSTEIDZOŠS FAKTS –

Vai zinājāt, ka Brahiozauris ir 25 m garš?

4. CITĀTS – (NAV JĀBŪT SLAVENAM) –

Mans draugs teica: "Šī vieta ir sena."

5. AIZRAUJOŠS MOMENTS –

lai klausītājs iekšēji atbildētu ar "Nē"!

Dinozauris mani apēdīs pusdienās!

6. ATZINUMS –

Pastāv doma, ka klimata pārmaiņas nogalināja dinozaurus.

7. HUMORS – (LĪDZĪBA VAI HIPERBOLA) –

Coelophysus ir plēsējs, kas ir ātrāks par zibeni!

8. ATKĀRTOŠANA –

Palīdzi! Palīdziet! Palīdziet!

9. ŠOKĒJOŠS MOMENTS –

Viss sākās, kad es atrados Brontozaura mutē!

10. VIZUALIZĀCIJA –

Iedomājieties, ka atgriežaties laikā dinozauru laikos!

Nav lielākas agonijas dzīvē, kā nest sevī
neizstāstītu stāstu

Maija Andželu

STĀSTA NOSLĒGUMA VEIDI



Aplveida noslēgums

Stāsts tiek virzīts atpakaļ uz sākumu. Autors var beigt stāstu ar to pašu ideju vai līdzīgiem vai precīziem vārdiem kā stāsta sākumā.



Pārsteigums

Stāsts aizvedīs tur, kur negaidīji. Šīs beigas var saukt arī par negaidītā pagrieziena beigām, jo stāsts uzņem aizraujošus pagriezienus.



Mācība vai morāle

Stāsta galvenais varonis aug, mainās vai stāsta beigās ko uzzina.



Emocionālitate

Stāsts beidzas, liekot jums justies emocionālam vai iekšēji labi. Labs stāstnieks aizkustina sirds stīgas, un auditorija to jūt.



Pārdomas

Stāsta stāstītājs atkāpjas un pārdomā tikko notikušo. Viņš vai viņa bieži atskatās uz pieredzi un novērtē šīs pieredzes nozīmi, gūto mācību.



Intriga

Stāsts beidzas, atstājot lasītāju neziņā vai sajūtā, ka gribas dzirdēt vēl.



Jautājums nobeigumā

Jautājums nobeigumā
Stāsts beidzas ar jautājumu, kas liek klausītājam domāt un aizdomāties.



Humors

Stāsts beidzas ar kādu smieklīgu domu vai ko tādu, kas klausītājam liek smieties. Tas palīdz padarīt beigas neaizmirstamākas.

Nav reāla stāsta nobeiguma. Tā ir tikai vieta, kur tu beidz stāstīt stāstu.

Franks Herberts

KĀ BŪT LABAM STĀSTNIEKAM

Publiskā uzstāšanās ir svarīga prasme stāstnieka dzīvē.
Kā to attīstīt?

01

PRAKSE. PRAKSE. PRAKSE.

Prakse ir nepieciešama, lai attīstītu izcilas runas prasmes. Bez prakses nav pārliecības.

02

AUDITORIJAS IESAISTE

Kad publiski runājat, mēģiniet radīt iespēju iesaistīt auditoriju. Tā kā stāstnieks vai stāstniece jutīsieties mazāk izolēta

03

ĶERMEŅA VALODA

Pievērsiet uzmanību savai ķermeņa valodai: stāviet stāvus, dziļi ieelpojiet, smaidiet un skatieties cilvēkiem acīs. Nestāviet uz vienas kājas un izvairieties no žestiem, kas nav dabiski.

04

POZITĪVA DOMĀŠANA

Pozitīva domāšana var ievērojami ietekmēt jūsu komunikācijas panākumus. Lai palielinātu pārliecību, izmantojiet afirmācijas un pozitīvas vizualizācijas.

05

UZTRAUKUMA SAVALDĪŠANA

Cilvēku pūlis var būt biedējošāks nekā atsevišķi cilvēki. Uzskatiet, ka jūsu runa ir individuāla saruna. Lai savaldītu uztraukumu, dziļi ieelpojiet no vēdera lejasdaļas, turiet katru no elpām vairākas sekundes un tad lēnām izelpojiet.

06

IERAKSTS UN ANALĪZE

Ierakstiet savas runas
Ierakstiet savas stāstu stāstīšanas uzstāšanās reizes, kad vien iespējams. Analizējot sevi, varat uzlabot savu sniegumu.

Ja tauta zaudē savus stāstniekus, tā zaudē
savu bērnību.

Pīters Handke