



UNESCO Latvijas Nacionālā komisija

Apvienoto Nāciju  
Izglītības, zinātnes  
un kultūras organizācija



LATVIJAS UNIVERSITĀTE  
LITERATŪRAS, FOLKLORAS  
UN MĀKSLAS INSTITŪTS

Akadēmijas laukums 1, Rīga LV- 1050, Latvija, tel. 7212872, fakss 7229017, e- pasts litfom@lza.lv

*Stāstu laiks bibliotēkās*

# Kā iemācīties stāstīt stāstus?



Guntis Pakalns  
2009. gada martā



Kā iemācīties stāstīt stāstus?  
Uz šo jautājumu var atbildēt ar  
vienu vārdu. Kāds tas ir?

**Stāstot!**

Pārējais viss ir nianšes.

Bet, lai iemācītos, ir vajadzīga **vēlēšanās mācīties.**

Vai arī – **vajadzība.**



# Kur noder prasme stāstīt stāstus?

Stāstu stāstīšana un stāstu klausīšanās ir viena cilvēku pamatvajadzībām kopš sirmas senatnes.

Profesijas: .....

- Ikdienas situācijas: .....

# Kas ir stāsti?

- Par gadījumiem savā un citu cilvēku dzīvē (**nostāsti**, dzīvesstāsti, atmiņas, sapņi...).
  - **Pasakas** – brīnumu, dzīvnieku, sadzīves.
  - **Teikas** – izcelšanās, vēsturiskās, mitoloģiskās (te arī: mīti, spoku stāsti, mūsdienu teikas).
  - **Anekdotes**, joki, tosti, izjokošana...
- Par šiem stāstiem interesējas folkloras pētnieki.

# Kur vēl ir stāsti?

**Grāmatās:** literārās pasakas, noveles, romāni, ceļojumu apraksti, fantāzijas literatūra, komiksi.

**Ekrānos:** filmas, reklāmas, ziņu raidījumi.

**Uz skatuves:** lugas, pantonīmas, operas.

Kur vēl?...

Taču citi stāstīšanas veidi un **tehnoloģijas nespēj aizstāt mutvārdu stāstīšanu!**

# Kādas ir stāsta pazīmes?

Sākums, vidus un beigas.

Sižets – notikumu secība.

Darbojošās personas.

Vieta, laiks.

Piederība noteiktam žanram.

Katram stāstu žanram ir savas robežas un iespējas - savi "spēles noteikumi".

Stāstus var iedalīt pēc:

- **Satura** (mīlas stāsts, varoņteika, par blondīnēm, notikums pie galda, .....).
- **Formas** (brīnumu pasaka, fabula, reklāma, izjokošana, pasaka vai stāsts dzejā, .....).
- **Funkcijas** (baidāmie, audzinošie, pamācošie, izklaidējošie...).
- **Stāstīšanas situācijas** (pasaka pirms miega, spoku stāsti tumšos bēniņos, darba meklētāju stāsti, stāvēt rindā veikalā, uz skatuves...).

# Kādas ir labā stāstījuma pazīmes?

- Interesants, piemērots, mērķtiecīgs **saturs**.
- Skaidra **forma**.
- Skaidra valoda – **saprotamība**.
- Labs **priekšnesums**.
- **Izteiksmīgums** – nepārspīlējot.
- **Apjoms** – ne par īsu, ne par garu.
- **Dialogs** ar klausītājiem.
- **Situācijas** izjūta.
- ...?





**Un tātad –  
kā iemācīties stāstīt?**

# Kur un kā atrast savus stāstus?

Senos laikos stāstus mantoja galvenokārt mutvārdos.  
Mūsdienas nereti ir savādāk.

Stāstus var atrast arī:

**Bibliotēkā, grāmatās.**

**Dzīvē** – skatoties, klausoties, izjautājot citus.

**Atmiņā.**

**Internetā:** [www.ailab.lv](http://www.ailab.lv), [www.anekdot.ru](http://www.anekdot.ru) etc.

**Izvēlies to, kas tev patiešām patīk!**

**Ko gribi ar šo stāstu pateikt, vēstīt???**

**Daudzi rakstīti teksti nav piemēroti stāstīšanai. Ko darīt? Kā pielāgot?**

# Kā atcerēties stāstu?

- Izlasīt vairākas reizes, tad mēģināt atstāstīt.
- Garākus stāstus jāmācās pa gabaliņam.
- Stāsta uzbūve – personas, vietas, notikumu secība!
- Vizualizēt – redzēt notiekošo.
- Necensties atstāstīt vārdu pa vārdam! Bet der iemācīties īpatnējos izteicienus, formulas.
- Veidot savu stāstu!
- Stāstīt un stāstīt!

# Kā atcerēties anekdotes?

- Pierakstīt - svarīgākos vārdus vai izteicienus.
  - Kādam izstāstīt.
  - Padarīt citus atkarīgus no tavām anekdotēm.
  - Kārtot pa tēmām, “atslēgas vārdiem”.
  - Trenēties – katrai situācijai savu anekdoti.
  - Trenēties - just situāciju!!!
  - Atcerēties, kam esi šo anekdoti jau izstāstījis.
- Nav svarīgi zināt visas anekdotes, bet gan –  
vienu nākošo!

# Stāsta “slīpēšana”:

- Sākums un beigas!
- Valoda – skaidri, pietiekami skaļi, bez liekvārdības. Pauzes!  
Vienkāršība. Satura un uzbūves skaidrība.  
Dialogi – dažādas balsis!
- Situāciju iespējas (komika, saistība ar dzīvi, klausītāju iesaistīšana).
- ŽESTI. Ķermeņa valoda.
- Stāsti “noslīpējas”, tos stāstot!!!

# Uzstāšanās

- Vispirms sev, vienatnē: izstāstīt vairākas reizes, skaļā balsī. Var arī savam sunim vai kaķim. Tad - vienam vai dažiem klausītājiem. Tērps, tēls!
- Pārkārtot telpu, lai ērti. Mikrofons, gaismas.
- Arī ikdienā veidot situācijas, kad cilvēki vēlas tevi klausīties.

# Uztraukums... Kā ar to cīnīties?

- Klausītāji gaida stāstu, ir **labvēlīgi** noskaņoti. Nebaidīties! Netaisnoties!
- Stāsti kādam no viņiem. Bet neaizmirsti pārējos!
- Labi sagatavo stāstu un priekšnesumu.
- Elpošana, ķermenis, rokas, acis, smaids...
- Vieta – ja nav ērta, pārkārto.
- Biežāk uzstāties.

# Ko tālāk?

Meklēt un mācīties jaunus stāstus.

Biežāk uzstāties, dažādās situācijās.

Mācīties no kļūdām (klausīties ierakstus, analizēt uzstāšanos!).

Meklēt domubiedrus.

Mācīt citus.

Stāstnieks – tā var būt arī profesija vai vaļasprieks.



# Stāstnieku konkursi bērniem

- Var piedalīties katrs, organizē bērnu un jauniešu folkloras kopas.

- Notiek rudenī, vispirms skolā vai folkloras kopā, tad novadā. Fināls – Rīgā.

- 5 minūtēs:

Jāpiesaka sevi (vārds, vecums, no kurienes).

Pasaka.

Gadījums.

Anekdote (ātrruna, vai kas cits īss).

# Anekdošu konkursi

1. aprīlī, bet var arī citā laikā.

Varat tos viegli sarīkot paši!

Iespējamās formas:

■ Aplis.

■ Cīņa grupās.

■ Kā apdziedāšanās.

■ Kā *Zvaigzne Nr. 1*.

Lai grūtāk: stāstīt par noteiktu tematu vai turpināt tēmu.

# Daži citi resursi Latvijā

Latgalē – **Ziņgētāju un stāstnieku konkurss** Viļānos, februārī, organizē Iveta Dukaļska.

Kurzemē – stāstnieku festivāls “**Ziv zup**” aprīļa beigās.

Ventspilī – vakarēšana Amatu mājā un stāstu klubs H. Dorbes muzejā.

**Zvirbulis** – skatuves runas konkurss(?)...

Stāstniekus var klausīties **radio**, meklējiet <http://www.latvijasradio.lv/>

raidījumus *Bijis – nebijis* pirmdienās 19.15 un *Labu nakti!* 19.50.

# Stāstīšana pieaugušajiem

***Stāstīt var katrs, bet stāstīšana ir māksla!***

- Latvijā ir labi stāstītāji, bet viņi nav organizēti.
- Jāveido klubi, kopienas.
- Neizmantotas iespējas: stāstu vakari, stāstnieku festivāli, stāstnieki muzejos, bibliotēkās...
- Folkloras pasākumos jāatrod vieta stāstiem un stāstniekiem!
- Jāpaaugstina mutvārdu stāstīšanas statuss.
- Apmācības iespējas, resursus internetā, grāmatas latviski!

## Derīgas adreses par *storytelling*:

<http://www.timsheppard.co.uk/story/faq.html>

<http://falcon.jmu.edu/~ramseyil/storyhandbook.htm>

<http://www.storynet.org/>

<http://www.callofstory.org/>

<http://i.webring.com/go?ring=storytelling>

<http://www.timsheppard.co.uk/story/>

<http://www.eldrbarry.net/>

<http://www.scottishstorytellingcentre.co.uk/>

<http://www.erzaehlen.de/>

<http://www.fairytale.de>

<http://www.stories.uni-bremen.de/>

## Literatūra par stāstīšanu latviski:

- Silvija Geikina. Retorikas pamati. Raka, 2003., 111 lpp.
- Dzintra Mendziņa. Vārds, doma, runa. Sol Vita, 2004., 263 lpp.
- Inta Alekse. Runātprasme. Raka, 2003., 126 lpp.
- Ilga Reizniece. Rokasgrāmata folkloras mācīšanā. Zvaigzne ABC, 2006, 144 lpp.
- Jāzeps Rudzītis. Latviešu vēstītājfolkloras dzīve tautā. Zinātne, 2006., 183 lpp.
- Cilvēks, dzīve, stāstījums. Rakstu krāj. Latvijas antropologu biedrība, 2002., 155 lpp.
- **Edgars Kramiņš. Runas prasme saziņā.** Biznesa augstskola Turība, 2005., 688 lpp.
- Pakalns, Guntis. Stāstnieku kustība Rietumu pasaulē un tās iespējas Latvijā. // Meklējumi un atradumi 2008, rakstu krājums. Rīga : Zinātne, 2008, 142. – 170. lpp.

Tātad - kā kļūt par stāstnieku?

■ Stāstīt, stāstīt, stāstīt!

Lasīt: *storytelling.*

Meklēt domubiedrus: Guntis Pakalns: [1859@inbox.lv](mailto:1859@inbox.lv), 29125869,

Māra Mellēna: 26522141, [mara.mellena@gmail.com](mailto:mara.mellena@gmail.com)

Ina Celitāne: 26428513.

*Autors atļauj  
mācību nolūkos  
šo materiālu izplatīt tālāk.*

