

Jutuvestmise 2:

Minu isiklik lugu

Jutuvestmine on lahutamatu osa meie eludest, ühendades meid meie mineviku tuleviku kui ka üksteisega ning airdates meil mõista maailma meie ümber. Selle ressursi abil tegeleme mitmete tegevustega, mis on suunatud enesekindluse tõstmisele jutuvestmisel läbi enda isikliku loo vaatamise.



Loomelugusid iga päev oma motets, kogemustes, kokkupuudetes teistega, oma minevikus ning unenägudes.



Jutte kasutatakse õpetamiseks, inspireerimiseks, tähelepanu kõrvale juhtimiseks, lõbustamiseks, hoiatamiseks, provotseerimiseks või hirmutamiseks läbi emotsionaalse vastuse tekitamise ning airdates meil mõista ning luua ühendusi teiste inimeste ja sarnaste olukordadega.



Minu nimi on.....

Mis on lugu sinu nime taga? Kas said selle tutvuse, kuulsuse, pühaku, lille või muusellise järgi?



Kas su perenimel on ajaloolist, sotsiaalselt või kultuurilist tähtsust? Kas sinu kultuuris on erilisi traditsioone lastele nime andmisel? Palu oma sõpradel jagada lugusid nende nimedest.



Mälestused

Inimese mälu on kollektsioon lugusid inimeste, kohtade ning kogemuste kohta. Mälestused toob tavaliselt esile sensoorne päästik; pilt, maitse, lõhn või heli.



Mõttele kõigile mälestustele mis pähe tulevad kui vaatad läbi perealbumi. Meenutades minevikku, läbi vanade piltide vaatamise, võib olla väga terapeutiline ning luua imelisi võimalusi generatsioonidevaheliste sidemete loomiseks.



Oleme kõik kogenud seda tugevat emotsionaalset vastust kuuldes laulu minevikust. Laulud ise räägivad samuti lugusid läbi oma sõnade, kuid spetsiifiliste laulude kuulmine võib tihti meenutada mälestusi mis selle looga seotud on. Kas meenub mõni lugu, mis sinule mingisugust olukorda või aega sinu elus meelde toob?



Kindlad lõhnad võivad samuti mälestusi või lugusid minevikust pähe tuua. Paljud inimesed seostavad tugevaid lõhnu nagu tärpetiin, põrandalakk, lavendel ja õli oma lapsepõlve mälestustega.



Mõned parimad lood tulenevad mälestustest aegadest, kus leidsime end piinlikest või naljakates olukordades. Kas oskad mõelda mõnele hetkele, kui tegid midagi naljakat või piinlikku?



Jutud võivad muutuda ühelt inimeselt teisele liikudes. Selle välja selgitamisega saab veidi ka lõbutseda! Olles grupis, vaata kui palju sinu lugu muutub sosistades ühte oma naljakat või piinlikku lugu inimesele, kes su kõrval on ja paludes neil seda edasi anda. Võid olla üllatunud versiooni üle, mis sinuni tagasi jõuab!



Iga kogemus mis meil on on omamoodi lugu ning me oleme aktiivsed jutuvestjad iga päev, suheldes teistega.



ARTSQUAD



Salvați Copiii
Save the Children Romania



SIHTASUTUS NOORED TEADUSES JA ETTEVÕTLUSES
YOUTH IN SCIENCE AND BUSINESS FOUNDATION



Future In
Perspective



Erasmus+

This project has been funded with support from the European Commission.

This publication and all its contents reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Project Number : 2016-3-CY02-KA205-000876