

Západočeská univerzita v Plzni
Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara

Bakalářská práce
VZBUĎ SE
AUTORSKÁ KOMIKSOVÁ KNIHA
Kristina Nol

Plzeň 2022

Západočeská univerzita v Plzni
Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara

Katedra výtvarného umění
Studijní program Výtvarná umění
Studijní obor Ilustrace a grafika
Specializace Komiks a ilustrace pro děti

Bakalářská práce
VZBUĎ SE
AUTORSKÁ KOMIKSOVÁ KNIHA
Kristina Nol

Vedoucí práce: MgA. Marie Kohoutová
Katedra výtvarného umění
Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara
Západočeské univerzity v Plzni

Plzeň 2022

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara

Akademický rok: 2020/2021

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Kristina NOL**
Osobní číslo: **D19B0051P**
Studijní program: **B8206 Výtvarná umění**
Studijní obor: **Ilustrace a grafika, specializace Komiks a ilustrace pro děti**
Téma práce: **AUTORSKÁ KOMIKSOVÁ KNIHA**
Zadávající katedra: **Katedra výtvarného umění**

Zásady pro vypracování

Tvůrčí záměr: Zpracovat komiks dle vlastního příběhu.

Způsob realizace: Napsaný scénář, storyboard, finální realizace komiksu.

Cíl: Vytvořit příběh ve formě komiksu.

Předpokládaný charakter výstupu: Komiksova kniha o rozsahu min. 24 max. 42 stran, formát min. A5 ve třech výtiscích.

Rozsah průvodní zprávy: Minimální rozsah průvodní zprávy je stanoven na 3 normostrany.



Rozsah teoretické části: **min. 3 normostrany textu**
Rozsah praktické části: **vyplyne ze zpracování BP**
Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná**

Seznam doporučené literatury:

EMINGEROVÁ, Dana a Arnošt LUSTIG. Živel Lustig: jak se píše kniha, aneb, Hod' sebou ty bejku, už nemám moc času. Praha: Mladá fronta, 2011. ISBN 978-80-204-2469-3.

PETŘÍČEK, Radek. Základy plastické anatomie. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara, 2018. ISBN 978-80-261-0780-4.

BOX, Toy. Komiksová učebnice komiksu. V Praze: Paseka, 2019. ISBN 978-80-7432-927-2.

Vedoucí bakalářské práce: **MgA. Marie Kohoutová**
Katedra designu

Datum zadání bakalářské práce: **31. května 2021**

Termín odevzdání bakalářské práce: **29. dubna 2022**



L.S.

Doc. akademický malíř Josef Mištera v.r.
děkan

Mgr. Jindřich Lukavský, Ph.D. v.r.
vedoucí katedry

Prohlašuji, že jsem umělecké dílo vypracovala samostatně a nejedná se o plagiát.

Plzeň, duben 2022

.....

Podpis autora

OBSAH

1. Téma a důvod jeho volby	7
2. Cíl práce	7
3. Proces přípravy a tvorby	8
4. Popis výsledného díla	10
5. Seznam použitých zdrojů	11
6. Resumé	12
7. Seznam příloh.....	13

1 TÉMA A DŮVOD JEHO VOLBY

Zvolila jsem autorskou komiksovou knihu, protože jsem si chtěla ověřit progres, kterého jsem dosáhla v komiksu za tři roky studia. Zároveň cítím, že je to jen začátek mé dlouhé cesty.

Můj komiks je o nezdravém perfekcionismu, konkrétně o takzvaném syndromu jedničkáře, který je pro mě tak blízký, ale ve společnosti se o něm začalo mluvit teprve nedávno.

Důvodem volby námětu byl i můj psychický stav, který se postupně zhoršoval, protože jsem nenaslouchala svým potřebám a nepečovala jsem se o sebe.

Syndrom jedničkáře je pojem v psychologii označující lidi, pro které je nutné mít všechny povinnosti ideálně splněny. Jiný než dokonalý výsledek pro ně vůbec neexistuje, není přijatelný. Pro lidi s takovým syndromem je lepší volbou nedělat vůbec nic, než udělat něco špatně, ne na sto procent ideálně. Výsledkem je panický strach z toho, že mohou udělat jakoukoliv chybu. Tento strach cítí neustále a kvůli tomu se zvyšuje i jimi prožívaná úzkost. Takoví lidé se pak nejčastěji dostávají do stavu naprostého vyhoření a hluboké deprese.

Pro „jedničkáře“ je důležité všeobecné uznání. Ale i když jej konečně dosáhne, nebude spokojený. Nebude spokojený nikdy, protože pochvalu přijímá jako něco obvyklého, obyčejného. Navíc si často myslí, že vše mohl udělat ještě lépe. I přes pozitivní ohodnocení začíná v již dokončené práci hledat nové chyby a určitě je najde.

Konkurenci vidí prakticky všude. Vždy musí být nejlepší ve všem a nemůže prožít skutečnou radost s cizích úspěchů. Takový člověk nedokáže normálně ocenit kvalitu své práce, protože pro něj bude vždy nedokonalá. Týrají ho věčně strachy. Tento syndrom neumožňuje člověku žádný rozvoj dovedností. Postižená osoba se bojí začít učit se novým věcem, protože by kvůli své nezkušenosti nutně musela dělat chyby.

Dalším z příznaků tohoto syndromu je neschopnost odpočívat. Člověk si myslí, že musí stále pracovat a ve všem se zlepšovat.

2 CÍL PRÁCE

Jedním z cílů mé bakalářské práce je zpracovat svůj problém a najít cestu sama k sobě. Když jsem začala vymýšlet příběh, byla jsem úplně na začátku řešení svých psychických problémů. Jak se rozvíjel komiks, tak se rozvíjel i můj životní příběh. Pomalu jsem začala slyšet hlas svého vnitřního „Já“, které spalo až moc dlouho.

Pokud si svých problémů nevšimneme sami, nikdo jiný nám nepomůže. Ani rodina, ani kamarádi, ani psycholog. Musíte nejdřív uslyšet hlas svého podvědomí.

Hlavním cílem pro mne bylo ukázat odvrácenou stranu perfekcionismu. Lidé s nezdravým perfekcionismem musí pochopit, že i oni mají právo dělat chyby a odpočívat. Každá věc potřebuje svůj čas a je naprosto normální učit se něčemu novému, a přitom dělat chyby. Nebojte se jich, všichni jsme jen obyčejní lidé.

Byla bych opravdu ráda, kdyby můj komiks pomohl ještě někomu, kdo se nachází ve stejném mentálním stavu a možná o tom ani neví, jako kdysi já. Myslela jsem, že všechno, co se mi děje je úplně normální věc, ale nebylo tomu tak.

3 PROCES PŘÍPRAVY A TVORBY

Skoro celý příběh se odehrává v jediném pokoji, kde hlavní postava zažívá svou depresi. Hlavní hrdina je vyhořelý a unavený. I když už mu jeho potíže neumožňují ani vstát z postele, stále pokračuje v sebeodsuzování a nutí se k práci. Malý pavouček, který běhá kolem něj je symbolem jeho vnitřního „Já“, podvědomí, které hrdina úspěšně ignoruje. Tak nenápadně začíná jeho boj se sebou samým.

Nápad zobrazit dialog hrdiny s jeho podvědomím v noční můře není náhodný. Párkrát jsem zažila snovou paralýzu, a příšery, které jsem potkávala, mně vždy kladly existenciální otázky, což pro mě bylo naprosto nečekané. A proto to bylo ještě děsivější, než kdyby mě chtěly prostě sežrat nebo zabít.

A tak i kluk v komiksu si všiml svých problémů a svého vnitřního já jenom když se ono značně zvětšilo. Ale hned před ním začal utíkat, před velikým pavoukem, stejně jako před zodpovědností za sebe sama. Netušil, že podvědomí umí mluvit, že má hlas.

Vnitřní konflikt dál pokračoval a kluk nemohl pochopit, co se děje a jak má postupovat, co má se sebou dělat... Pak, v nové noční můře, konečně začíná dialog s vnitřním já, které mu chce pomoci, přestože vypadá na první pohled děsivě.

A to je první krok, malý, ale důležitý, aby hrdina pochopil, co je příčinou jeho depresí. Když se vzbudí, začíná se sám sebe ptát a nachází odpovědi na otázky, které dříve neznal.

„Všichni dělají chyby. Proč bych je nemohl dělat já? Já mohu také.“

Začíná sám sebe i chválit a učí se odpočívat.

Konečně začal bojovat se svou depresí. Nechává všechno staré za dveřmi a dělá první krok ven, do nového, rozumného života. Ale i když vyšel ven, ještě zůstává v šedé mikině – to je jeho staré já, jeho staré myšlenky, které ještě nemůže úplně opustit.

Po formální stránce bych celý komiks rozdělila na tři části: těžká deprese, noční můry, které přinášejí zlom v charakteru hlavní postavy a východ do vnějšího světa.

V celém komiksu pracuji se symbolikou barev. Začátek komiksu je nakreslen v odstínech šedi, protože když se člověk nachází v takovém stavu, nevidí nic v jasných barvách.

Noční můra je nakreslená v negativní kresbě. Interiér pokoje zde není, protože se jedná o zobrazení dialogu se sebou samým.

Konec komiksu – vnější svět – už má zelenou barvu. Tím jsem chtěla zobrazit živost a vitalitu normálního světa. Zelené tričko kluka je tak symbolem toho, že i on do tohoto světa patří.

Také jsem chtěla znázornit, že se děj odehrává na jaře – zelená tak symbolizuje znovuzrození. Šrafurou na postavě hlavního hrdiny jsem chtěla ještě více podpořit dojem jeho živosti. Kdy vše kolem něj je mrtvé – ploché a on je jediná živá duše ve svém pokoji. Lehce naznačenou šrafuru má i pavouk v noční můře, protože je podvědomím hrdiny.

Název „Vzbud’ se“- je právě to, co chtěl říct pavouk klukovi od začátku noční můry. Vzbud’ se nejenom fyzicky, ale i duševně.

Při volbě techniky jsem zvolila digitální kresbu a věnovala jsem hodně času linii kresby. Nejdřív celý komiks byl nakreslen v lince, aby nezměnil a neztratil styl kresby. Když jsem potřebovala nějaké reference, fotila jsem sebe pro ukázkou, nejvíce jsem pracovala se svými rukama. Na začátku práci s kresbou jsem fotila i svůj pokoj, abych mohla lepe pochopit perspektivu interiéru z různých pohledů.

4 POPIS VÝSLEDNÉHO DÍLA

Výsledným dílem je autorská komiksová kniha, která obsahuje třicet dva stran komiksu. Kresba i colouring byly provedeny digitálně.

Na obálce zobrazena tvář hlavní postavy – kluka, který mizí ve tmě svých chybných myšlenek, ze kterých se musí probudit. Jenom siluetou je naznačen i pavouk, který mu s tím pomůže.

Vytištěný komiks má rozměry 27 x 17.42 cm. Pro text v bublinách jsem použila font Amatic SC, jako počítačový font jsem zvolila Barlow Semi Condensed. Tisk na papír Flora Gardenia realizovala tiskárna Fakulty designu a umění Ladislava Sutnara. Kniha je zhotovena v šesti výtiscích.

5 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

EMINGEROVÁ, Dana a Arnošt LUSTIG. Živel Lustig: jak se píše kniha, aneb, Hod' sebou ty bejku, už nemám moc času. Praha: Mladá fronta, 2011. ISBN 978-80-204-2469-3.

PETŘÍČEK, Radek. Základy plastické anatomie. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara, 2018. ISBN 978-80-261-0780-4.

BOX, Toy. Komiksová učebnice komiksu. V Praze: Paseka, 2019. ISBN 978-80-7432-927-2.

6 RESUMÉ

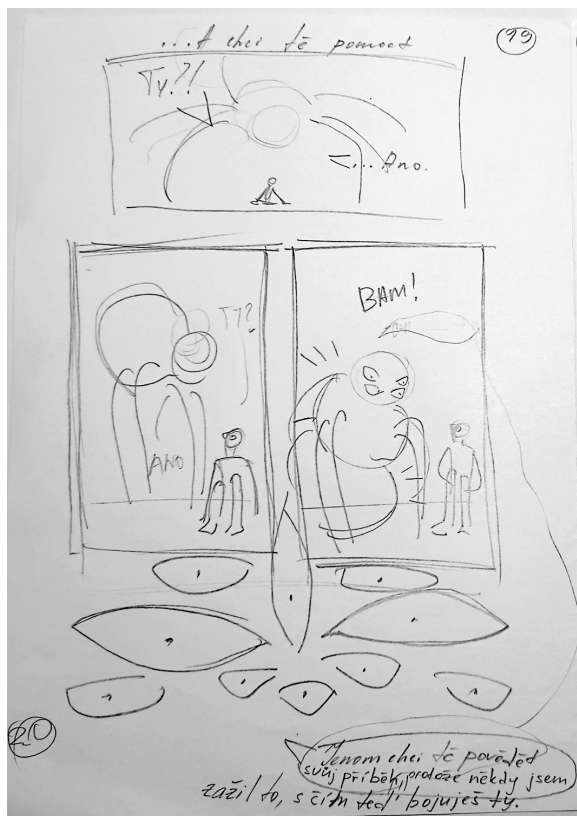
Темой настоящей дипломной работы является авторский комикс в виде книги. Комикс состоит из 32 иллюстрированных страниц, созданных с помощью цифровой живописи. Работа над дипломной работой велась на протяжении 6 месяцев, включая создание истории, сториборд, лайн, покрас и леттеринг.

Главный герой комикса начинает видеть кошмары, в которых его преследует огромный и страшный паук. Парню понадобится время, чтобы понять, что монстр не хочет ему навредить, наоборот, пытается помочь. Паук является символом подсознания главного героя, его внутренним “я”, которое он игнорировал уже долгое время, перестав слышать себя и свои потребности. Поэтому, сознанию пришлось принять некоторые меры, чтобы оказаться услышанным.

Комикс иллюстрирует проблематику синдрома отличника и его тяжелые последствия, такие как выгорание и депрессия. Целью работы является призвать читателя относиться к себе более трепетно и с уважением, не завышать собственные требования и позволять себе совершать ошибки.

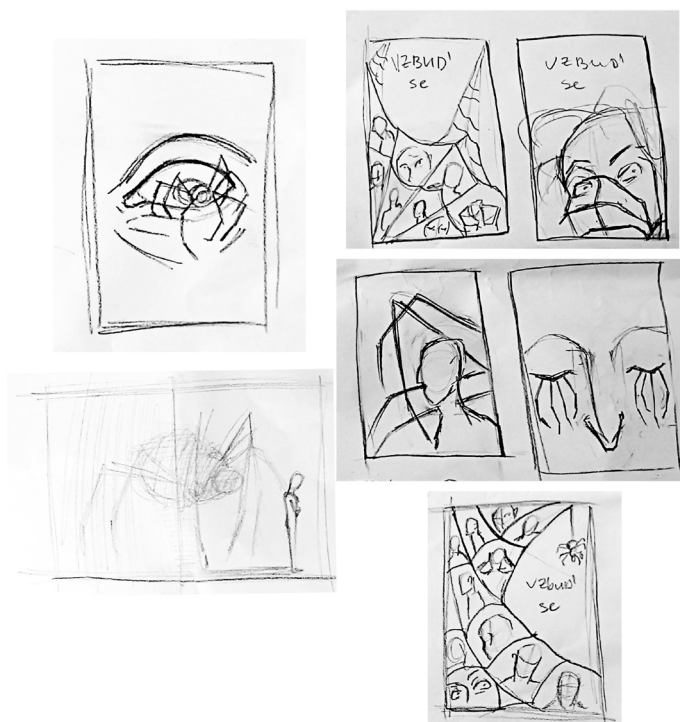
7 SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1
Ukázky ze storyboardů

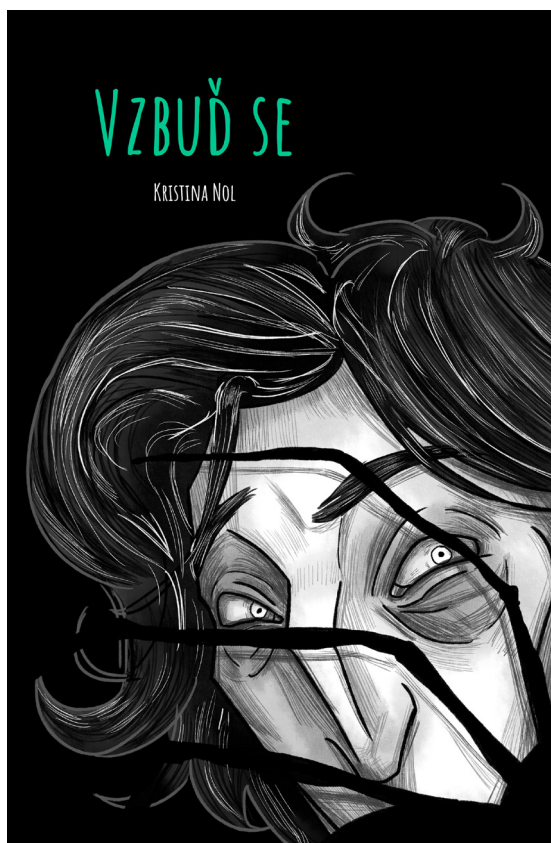


Příloha 2

Návrhy obálky, finální vzhled



Vazba V2

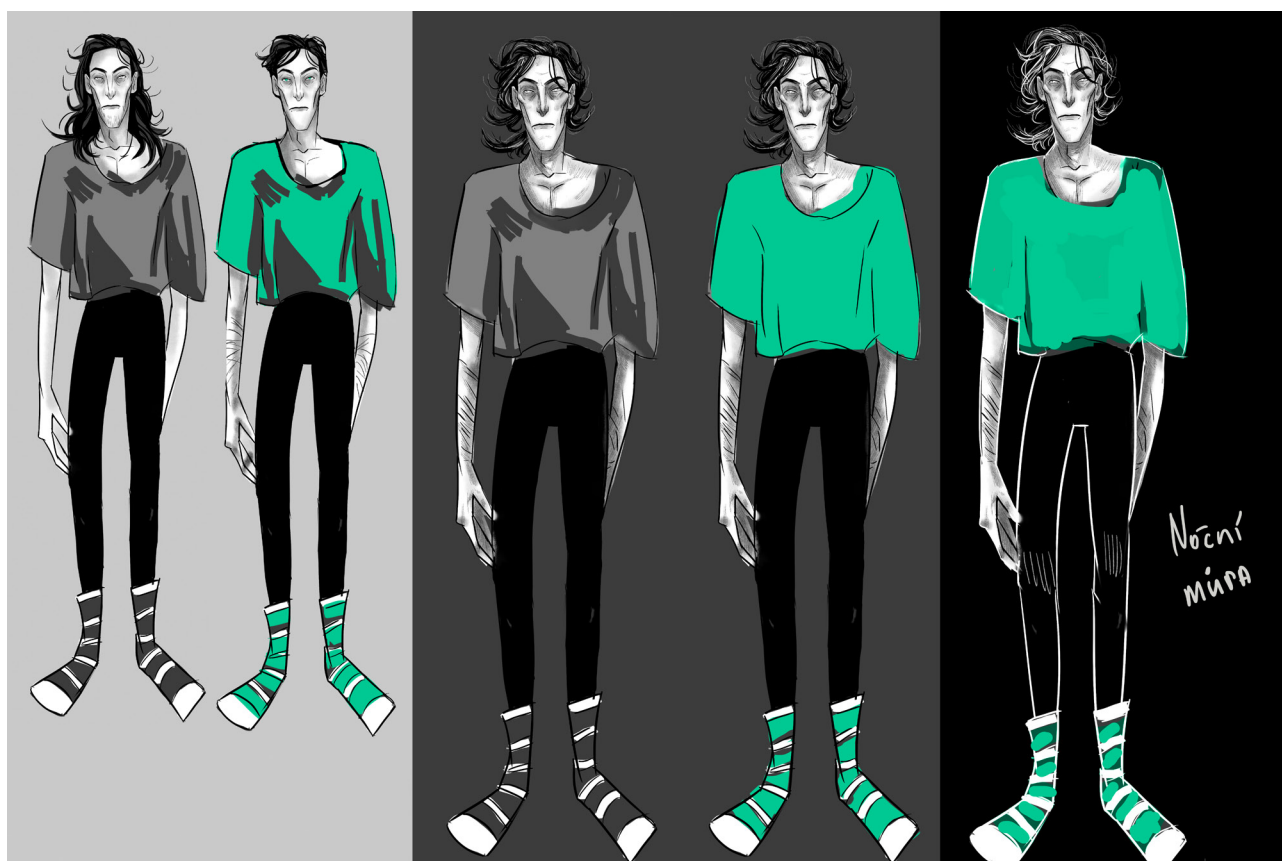


Vazba V8



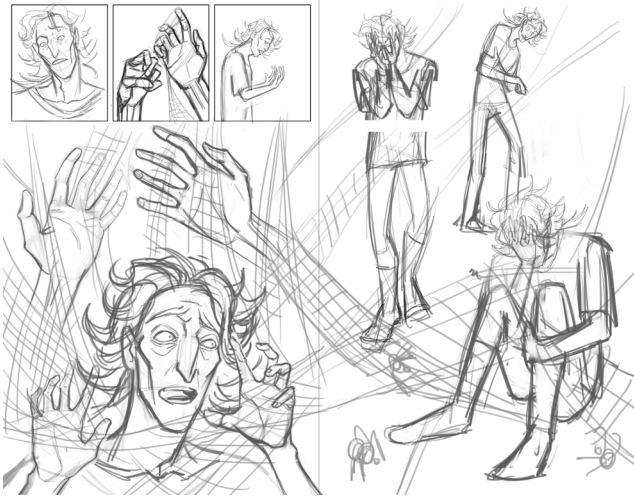
Příloha 3

Koncept hlavní postavy



Příloha 4

Postup vzniku stránky – skica, linky, colouring, lettering



Příloha 5

Hotový výtisk práce

