

**Západočeská univerzita v Plzni**  
**Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara**

**Diplomová práce**

**V Plzni 2022**

**Helena Lasovská**

**Západočeská univerzita v Plzni**  
**Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara**

**Diplomová práce**  
**RUKOjmí**  
**Helena Lasovská**

**Plzeň 2022**

**Západočeská univerzita v Plzni**

**Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara**

**Katedra výtvarného umění**

Studijní program Ilustrace a grafický design

Specializace Ilustrace (ILILMgA)

**Diplomová práce**

**RUKOjmí**

**Helena Lasovská**

Vedoucí práce: MgA. Ing. Václav Šlajch

Katedra výtvarného umění

Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara

Západočeská univerzita v Plzni

**Plzeň 2022**

Prohlašuji, že jsem umělecké dílo vypracoval(a) samostatně  
a nejedná se o plagiát.

Plzeň, červenec 2022

.....

Podpis autora

# **OBSAH**

1 TÉMA A DŮVOD JEHO VOLBY	6
2 POPIS PŘÍPRAVY A REFLEXE PROCESU VLASTNÍ TVORBY	7
3 POPIS VÝSLEDNÉHO DÍLA A JEHO VYUŽITÍ	7
4 ZDROJE DIPLOMOVÉ PRÁCE	9
5 RESUMÉ DIPLOMOVÉ PRÁCE	9
6 PŘÍLOHY DIPLOMOVÉ PRÁCE	11

## REŠERŠE ZVOLENÉHO TÉMATU

Tématem mé diplomové práce je autorská komiksová kniha. Zvolila jsem si ji, protože mi to přišlo jako velká výzva. V minulosti jsem se již komiksem zabírala, nikdy ovšem ve větším rozsahu. Rozhodla jsem se vytvořit autobiografickou grafickou novelu, protože mi tento způsob vyprávění příběhu přijde velmi intimní a také dokáže čtenáři přiblížit zkušenosti a životní patálie druhé osoby.

V roce 2019, když jsem se pustila do příprav bakalářské práce, začala mě trápit bolest zápěstí. Tato bolest ovšem neodcházela a s postupem času se z ní stal chronický problém, který mi ovlivňoval každodenní život. Zkoušela jsem různé přístupy, ale nic moc nepomáhalo. Nakonec jsem narazila na psychosomatický přístup Dr. Sarna, což mi pomohlo se s bolestí naučit žít.

Samotný komiks ale začíná mým dětstvím, pak pokračuje dospíváním a studiem na vysoké škole. Přišlo mi důležité k mým zážitkům dodat také mé zázemí a to, jak jsem byla vychována. Tyto faktory mi přijdou důležité, aby nastínily pozadí mých rozhodnutí a přístupu k životu.

Rozhodla jsem se zpracovat toto téma, protože bych ráda sdílela svůj příběh. Život s chronickou bolestí mi dodal neskutečný respekt k lidem, kteří trpí nemocemi, které je fyzicky omezují v běžném životě. Zároveň bych také chtěla sdílet svoji zkušenost s tzv. mind-body (mysl-tělo) přístupem. Dr. Sarno vysvětluje, že když se např. člověk bojí bolesti a neustále se na ni soustředí, mozek ji začne vnímat jako něco vysoce důležitého a bolest tedy umocňuje. Také zastává názor, že psychosomatická bolest se nás snaží „rozptýlit“ od nepříjemných emocí. I když moje bolest zatím neodešla úplně, díky tomuto přístupu jsem se vrátila k normálnímu životu. Teď, když se ráno probudím, není mojí první myšlenkou: „Tak jak moc mě dnes budou bolet ruce?“

## **POPIS PŘÍPRAVY A REFLEXE PROCESU VLASTNÍ TVORBY**

V minulosti jsem zatím neměla zkušenost s psaním vlastního scénáře v takovémto rozsahu (největší měl 12 stran). Nejdříve jsem si tedy sepsala asi 10 bodů o tom, jak by se měl příběh vyvíjet, aby splnil běžné požadavky vyprávění. Poté jsem každý bod začala rozvíjet. Dalším krokem byla redukce přebytečného materiálu. Jakmile jsem měla napsaný scénář, začala jsem jej převádět na storyboard, který jsem průběžně konzultovala s vedoucím. První verze storyboardu byla velmi jednoduchá. Počítala jsem s rozměry komiksu ve formě A4. Snažila jsem o základní nastínění příběhu tak, aby dával smysl. Druhá verze storyboardu byla již o něco propracovanější, snažila jsem se více soustředit na umístění postav v prostoru a celkovou kompozici. V této fázi jsem se také rozhodla zvolit formát A5 na šířku, počet stran se tak tedy zdvojnásobil. Poté jsem začala kreslit finální verzi komiksu. Většinu stran jsem si ještě jednou naskicovala na papír a poté je převedla do digitální kresby. Vzhledem k rozsahu knihy mi digitální kresba přišla jako jasná volba. V minulosti jsem často tvořila komiksy tradičně, ale digitální kresba je dle mé zkušenosti rychlejší a finální verze dokonce vypadá lépe.

Pokud bych něco mohla udělat jinak, bylo by to překreslování storyboardu. Zpětně mi přijde zbytečné, že jsem celý storyboard překreslila a při tom udělala jen kosmetické úpravy. Tento čas bych bývala radši věnovala kreslení finální podoby stran.

## **POPIS VÝSLEDNÉHO DÍLA A JEHO VYUŽITÍ**

Tento komiks se skládá ze 67 stran a autorské obálky včetně předšedky. Formát knihy je 213 x 154 mm, jedná se tedy o A5 na šířku. Tento formát jsem zvolila, protože menší kniha působí více intimně, což je pro autobiografický komiks dle mého názoru vhodný formát. Je použit font Just Me Again Down Here od autorky Kimberly Geswein.

Tento font jsem zvolila právě proto, že skvěle napodobuje lehkomyšlné ruční psaní. Myslím si, že pro autobiografický komiks je toto písmo vhodné. Pracovala jsem s programem Procreate, jenž mi pro tuto tvorbu přijde velmi efektivní.

Jednoduchou lineární kresbu jsem kombinovala s většími prokreslenými černými plochami tak, aby došlo k vyváženému kontrastu v kompozici. Rozhodla jsem se vyjádřit bolest za pomoci výrazné růžové barvy, aby šlo vizuálně vidět, jak pro mě byla bolest všudypřítomnou součástí života. Také jsem se snažila upravit charakter linky podle oblasti příběhu, kde se nachází. Na začátku knihy je linka přesná, rovná, postupně se ale začíná rozechvívat a ztrácí svou stabilitu. Tímto jsem chtěla ještě víc umocnit vývoj příběhu.

Sem tam se v komiksu také objeví barevná fotokoláž. Používala jsem všemožné materiály, primárně jsem modelovala drobné detaily z polymerové hmoty. Ty jsem pak aranžovala na plst, filc a kombinovala je s třpytkami, sirkami nebo s korálkami. Tyto koláže se objevují hlavně na začátku a na konci. Chtěla jsem jimi vyjádřit čistou radost z tvoření, nějakou nespoutanou kreativitu. To vše v kontrastu s černobílým zachycením mého života. Tento styl jsem zvolila také na obálku. Líbí se mi něžné barvy v kontrastu s jasnou ručičkou, která se natahuje ke čtenáři. Zde jsem chtěla různými povrchy sošky vyjádřit hmatové prožitky, včetně chronické bolesti. Ruce jsou to, co dokáže zhmotnit i ty nanejvýš fantazmagorické myšlenky, ale zároveň jsou pro mě zdrojem bolesti.

Na předsádku jsem zvolila jednoduché skici rukou, které jsem dělala ještě, když mě ruce nebolely. Byly součástí tzv. 100 Hands challenge (=umělecká výzva, jejímž cílem bylo nakreslit 100 rukou). Vždy když jsem jela ve vlaku nebo měla volnou chvíli, snažila jsem se trénovat v kresbě. Mé každodenní kreslení ale s bolestí muselo ustát. Motiv předsádky je jako takový pozitivní záblesk z minulosti.



Cílem práce bylo zachycení zkušeností a poznatků, které bych ráda předala dalším umělcům (např. varování před přepracováním). A také ukázala lidem jaké to je žít s chronickou bolestí.

## ZDROJE DIPLOMOVÉ PRÁCE

MCCLLOUD, Scott. *Jak porozumět komiksu*. Praha: BB/art, 2008. ISBN 978-80-7381-419-9.

GROENSTEEN, Thierry. *Stavba komiksu*. Brno: Host, 2005. Studium (Host). ISBN 80-7294-141-0.

KOŘÍNEK, Pavel, Martin FORET a Michal JAREŠ. *V panelech a bublinách: kapitoly z teorie komiksu*. Praha: Akropolis, 2015. ISBN 978-80-7470-113-9.

## RESUMÉ

The topic of my master's thesis is an authorial comic book. I've chosen this topic because I saw it as a great challenge. In the past I did make a few comics, but never as long as this one. The reason why I've decided to create an autobiographical graphic novel is that I find this type of content to be very intimate. In my opinion it helps people empathize with other's struggles.

In 2019 while I was working on my bachelor's thesis, my wrists started hurting. I tried resting, exercising, using my left hand, ... however the pain never left. It actually got worse and turned into a chronic problem. This affected my everyday life. I've tried many things, but nothing really helped. In the end I encountered a psychosomatic point of view. I've read a book by Dr. John Sarno and started to apply this method to my life.

The comic itself begins with my childhood, continues through my adolescence and adulthood. I find it important to show my background to the reader. The way I was raised and where I came from explains many of my decisions and my approach to life.

The main reason for creating this comic book is sharing my story with others. Especially other artists, I think this is a good way to remind everyone not to overwork their hands and to take breaks. Living with chronic pain gave me an understanding of people who struggle with illnesses, that affect their everyday life. I would also like to share my experience with the mind-body approach. For example Dr. Sarno explains the fear-pain cycle. When you worry about being in pain, the brain sees this as something very important so focuses on the pain more. Sarno also believes that psychosomatic pain is trying to „distract“ us from uncomfortable emotions (which often result from trauma). Even though my pain isn't completely gone, I've learned how to live my life again and when I wake up in the morning my first thought isn't: „How much are my hands going to hurt today?“.

## SEZNAM PŘÍLOH

### Příloha 1

Skicy

### Příloha 2

Skicy

### Příloha 3

Varianty stylu ilustrací

### Příloha 4

Finální styl ilustrací

### Příloha 5

Koláže

### Příloha 6

Předsádka

### Příloha 7

Obálka

### Příloha 8

Finální podoba knihy

## PŘÍLOHY DIPLOMOVÉ PRÁCE

### Příloha 1

Skicy



Příloha 2  
Skicy

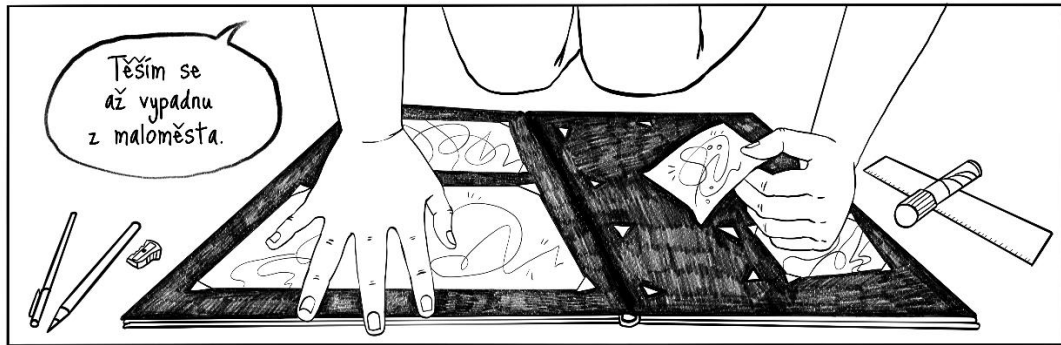
Příloha 3  
Varianty stylu ilustrací





## Příloha 4

### Finální styl ilustrací



15



28





**Příloha 5**  
Koláže







**Příloha 6**  
**Předsádka**





**Příloha 7**  
Obálka 1.verze





Obálka 2.verze



Zadní strana





## Příloha 8

### Finální podoba knihy







Uvěřit špatně  
je neadvokátním  
úkolem.

Uvěřit, že  
se akce  
s jistotou  
zdaří.

Uvěřit, že  
přítel  
je opravdu  
přítel.

42

Neotevřu  
láhev s vodou.

Bolí mě,  
každý den  
móvil.

Neuvěřím  
těmto  
jedním rukou.

44