

## Posudek oponenta diplomové práce – teoretická část

<b>Jméno a příjmení studenta</b>	<b>Bc. Karolína Hamplová</b>		
<b>Studijní program</b>	<b>Multimédia a design</b>		
<b>Specializace</b>	<b>Grafický design</b>		
<b>Forma studia</b>	<b>prezenční</b>	<b>Akad. rok</b>	<b>2022/2023</b>
<b>Název práce</b>	<b>Autorská kniha na podporu spánku s využitím principů ASMR</b>		
<b>Oponent práce</b>	<b>MgA. Jana Dosoudilová</b>		

Práce Karolíny Hamplové je zajímavá a obsáhlá. Téma, které si zvolila, je v současnosti velmi aktuální. S diagnózou poruch spánku a s problémy nespavosti se potýká velké množství lidí. Diplomantka nám v první kapitole přibližuje pojmy, jako jsou NREM, REM a SNĚNÍ. Jsou to vědecky podložené fáze spánku, jež se střídají. Tento rozbor je důležitý pro pochopení dalšího autorčina zkoumání.

V následující kapitole jsou popsány spánkové nemoci, poruchy, vlivy a faktory, které spánek ovlivňují. Řešení je nabídnuto v další kapitole pomocí ASMR, což je klíčový pojem v diplomové práci a zároveň hlavní část praktické práce.

Znamená Autonomní smyslové mediální reakce. Dle autorky můžeme pomocí fyzické nebo psychické stimulace dosáhnout pocitů klidu, relaxace a pohody.

Dosažení kýženého výsledku je závislé na tzv. kontextu a spouštěči. Z toho výzkumu vyplývá, že velmi záleží na jednotlivci, zda jsou mu sluchové či vizuální vjemy příjemné a zda je těmto stimulacím nakloněn.

Další část se zabývá průzkumem u sedmdesáti dvou respondentů. Je jim kladena série otázek, které diplomantka následně vyhodnotila do dvanácti grafů. Musím podotknout, že se jedná o rozsáhlý výzkum, hodný spíše disertace než diplomové práci. Ale autorka si dělala rešerši, zda má její praktická práce smysl a opodstatnění.

Čtvrtá kapitola je spíše vsuvka do tohoto výzkumu. Autorka vybrala tři významné umělce, kteří podle ní měli problémy se spánkem, nebo tvořili na základě snů. Tady bych si dovolila polemizovat. Domnívám se, že je poněkud zavádějící tvrdit, že Francisco Goya trpěl poruchami spánku a že tvořil na základě nespavosti a nestvůr, které viděl ve spánku. Těch příčin pro tvorbu jeho sugestivního díla bylo asi víc. U Henryho Fuseliho jde zřejmě opravdu o noční můry a tento příklad je příznačný. U Salvadora Dalího a surrealistů bych si dovolila také poznamenat, že nejen oni zhmotňovali své sny, a i mnoho jiných umělců z různých období ve svých dílech ztvárňovalo své sny či snění. Tento výčet by byl velmi zajímavý a dlouhý. Škoda, že je zde jen tak málo příkladů.

Pátá kapitola Spánek v grafickém designu je zastoupena hlavně výstavou plakátů Snění od našich předních autorů. Pohříchu se o nich dále v práci nezmiňuje. Součástí této kapitoly jsou popsány dva projekty. První je projekt Spánek od Anežky Minaříkové, která se zabývá podobným tématem jako Karolína, a druhý je Insomniarghh, který vznikl na podporu v boji proti osamělosti.

Ve své teoretické práci se diplomantka velmi podrobně věnovala výzkumu a průzkumu spánku a spánkových poruch. Svými parametry spíše evokuje vědeckou studii. Je to zajisté

velmi důležité, pokud se ale následně zabývá audiovizuální knihou, mohla by se více věnovat rešerším řešení, nápadů a názorů jiných umělců. Velmi důležité jsou kapitoly, jež některé rešerše obsahují, a to jsou kapitoly 6 a 7. Ty patří také do teoretické práce jako součást výzkumu. Jsou zde popsány aplikace, jejichž pomocí lze meditoval, relaxovat či navozovat spánek.

Za zajímavě zpracovanou považuji grafickou teoretickou práci. Jen se s ní vzhledem k tloušťce trochu hůře manipuluje.

I přes tyto malé výhrady, jde jen o malé doplnění, či přehození, hodnotím tuto práci jako výbornou.

Návrh klasifikace A – VÝBORNĚ

Ve Zlíně dne 3. 6. 2023

.....  
podpis oponenta práce

Pro klasifikaci použijte tuto stupnici:

A - výborně	B - velmi dobře	C - dobře	D - uspokojivě	E - dostatečně	F - nedostatečně
-------------	-----------------	-----------	----------------	----------------	------------------