

DOI: <https://doi.org/10.31648/an.11522>

Julia Gugolek

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-8862-9684>

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie/

University of Warmia and Mazury in Olsztyn

julia.gugolek@uwm.edu.pl

**Demony towarzyszące – metafory wizualne
anorexia nervosa w powieściach graficznych
Przepowiednia pancernika i *Moja przyjaciółka Nore***

**Companion Demons – Visual Metaphors of *anorexia nervosa*
in Graphic Novels *Przepowiednia pancernika*
and *Moja przyjaciółka Nore***

Abstract: The article discusses contemporary graphic novels and their visualizations of the eating disorder anorexia. Anorexia nervosa, as a disease of civilization, is one of the most prevalent social problems of the 21st century, particularly affecting people during puberty. Awareness of the dangers posed by this disorder manifests itself on many levels, including artistic representations. Artists depicting eating disorders often use metaphors that have a strong emotional impact on the audience. The article analyzes two graphic novels: *Przepowiednia pancernika* (Zerocalcare) and *Moja przyjaciółka Nore* (Elisabeth Karin Pavón Rymer-Rythén), which employ demonic figures and their associated traits to raise readers' awareness of the struggle against anorexia. It also examines the new functions of contemporary comics and the communicative potential of this intermedial form.

Keywords: eating disorder, graphic novels, visual metaphor, contemporary comics

Wstęp

Współcześnie komiks jest uważany za medium nie tylko ludyczne, lecz także historyczne, edukacyjne czy autobiograficzne. Potencjał waloru estetycznego i przystępność sprawiają, że ta forma wizualna jest coraz częściej wykorzystywana do autorskiej ekspresji. Tego typu utwory stają się osobistymi małymi archiwami, dostępnymi dla odbiorców. Dzielenie się swoim światopoglądem czy przemyśleniami w sekwencjach ilustracji jest aktualnie bardzo atrakcyjną i popularną formą

przekazu osobistego. Zawarte w komiksach wątki prezentujące życie codzienne pozwalają na utożsamienie się odbiorców z przeżyciami autora. Twórcy, nadając dziełom cechy pamiętnika czy wyposażając je w różne nowe funkcje, np. terapeutyczne, ujawniają kolejne możliwości tego gatunku. Jest to forma o charakterze dualistycznym, ponieważ wielu konsumentów kultury, dla których przystępność i szybkość odbioru stanowi priorytet, uznaje je za wygodne, łatwo dostępne, proste czy nienudne. Jednak wraz z rozwojem komiksu i uwzględnieniem go w badaniach naukowych ukazuje się jego złożoność i potencjalna interpretacyjna trudność, wynikająca ze wzrostu znaczenia obrazu we współczesnych mediach. Alfabetyzm wizualny, który oznacza umiejętność poprawnego odczytywania i interpretowania komunikatów wykorzystujących obrazy, „jest w takim samym stopniu niezbędny do uzyskiwania informacji, operowanie [sic!] nią, jej wykorzystywania oraz przesyłania, jak umiejętność czytania” (Dylak 2012: 129–130). Intermedialność komiksu, wyróżniająca go charakterystyczna hybrydyczność – połączenia obrazu i słowa, przyczyniła się do wzrostu zainteresowania tą formą twórczą także w dyskursie literackim.

Cieszącą się coraz większym uznaniem odmianą komiksu stała się powieść graficzna, która „jest gatunkiem mieszanym, łączącym niejednorodny tekst z obrazem, tworzącym zamknięte dzieło ikonolingwistyczne” (Mikulska 2017: 348). Ze względu na swój „mieszany” charakter utworzenie jednolitej i wystarczającej definicji nie jest łatwe, ale badacze bardzo często przywołują objętość takich utworów, które zbliżone są bardziej do formatu książki niż magazynu czy czasopisma. Dostępność poprzez różne media, a także szersza możliwość publikacji sprawiają, że popularność tej formy tym bardziej wzrasta, twórców jest więcej, a praktycznie z każdym z nich przybywa funkcji i możliwości przekazu. Dlatego „niemożliwe wydaje się [...] wyznaczenie koniecznych i wystarczających norm gatunkowych, w obrębie których mieściłyby się tak odmienne od siebie realizacje powieści graficznych. Zróżnicowanie tej odmiany komiksu przypomina płynną i ciągle siebie przetwarzającą przestrzeń powieści literackiej” (Wróblewski 2016: 16).

Cel niniejszego artykułu to przedstawienie metafor wizualnych trudnego tematu społecznego, jakim jest *anorexia nervosa* (anoreksja) w powieściach graficznych. Forma komiksu, który nie jest zachowany w stylu realistycznym, pozwala na dowolną wizualizację. Nadanie kształtu temu, co z pozoru niewidoczne lub niełatwe do zidentyfikowania, znajduje się w kręgu inwencji twórczej autora utworu. Omówione zostaną szczegółowo dwa utwory – *Przepowiednia pancernika* oraz *Moja przyjaciółka Nore*, które realizują temat jadłowstrętu psychicznego w wizualnej formie. Przeanalizowane w nich wizualizacje choroby oparte są na teorii interpreta-

cyjnej Charlesa Forceville’a, zakładającej identyfikację podmiotów metaforycznych i ich podobieństw – prawidłowego i czytelnego zastosowania. Artykuł waloryzuje również potencjał przekazu komiksu i nowe funkcje tej intermedialnej formy.

1. Zaburzenia odżywiania jako choroby XXI wieku

W kontekście cywilizacji mówi się zazwyczaj o aspektach pozytywnych – o postępie, którego dodatni charakter rozwinął liczne gałęzie ludzkiego życia. Wiek XXI wykreował sprzyjające warunki rozwojowe, ale także zagrożenia i konsekwencje wynikające z przemian funkcjonowania we współczesnym świecie. „Szybkie tempo życia, siedzący tryb pracy, nieprawidłowe odżywianie, niska aktywność fizyczna, nadużywanie alkoholu, palenie tytoniu oraz nadmierne obciążenia emocjonalno-psychiczne” (Kaźmierczak/Niedzielski 2016: 121) to jedne z wielu czynników, które wraz z postępem zaczęły bezpośrednio oddziaływać na ludzką populację. Łatwy dostęp do alkoholu czy nikotyny (ograniczona prohibicja, promowanie używek symbolizujących hedonistyczny styl bycia), przekształcenie rynku pracy (oferującego większą możliwość wyboru stanowisk związanych z pracą umysłową niż z pracą fizyczną), ograniczenie ruchu fizycznego (wynikające z funkcjonalizacji i optymalizacji elementów życia codziennego), przemiany żywieniowe (bazujące na rynku żywności silnie przetworzonej o dłuższym terminie przydatności) obrazują przemianę, w której warunki do życia i rozwoju stały się bardzo korzystne. Ludzie zaczęli to wykorzystywać, podporządkowując sobie świat. Należy jednak rozróżnić pojęcie człowieka jako gatunku dominującego w świecie (grupa – większość), a człowieka jako pojedynczej osoby (jednostka – mniejszość), która musi się dostosować do ogółu. Wynika z tego wysoka potrzeba przynależności wymagająca spełnienia. Jego brak może znacznie wpływać na funkcjonowanie jednostki w społeczeństwie (Glinkowska 2015: 97). Niemożność wpisania się w standardy i wytyczne większości kreują problemy z kategorii obciążeń emocjonalno-psychicznych, które są w relacji z pozostałymi wyżej wymienionymi. Do najczęściej przytaczanych i najpopularniejszych konsekwencji tych połączeń należą zaburzenia odżywiania.

Rozwój cywilizacyjny sprzyjał rozwojowi diagnostyki chorób. Identyfikacja zaburzeń i schorzeń o podłożu psychicznym powiązanych z przyjmowaniem pokarmu ewoluowała wraz z przemianami w sferach religijnych, medycznych i kulturowych. Pierwotne zaburzenia odżywiania dotyczyły postów, które wynikały z wierzeń religijnych lub etycznych, miały właściwości puryfikujące lub były elementem pokuty.

Beata Hoffman (2021) w artykule dotyczącym historycznego ujęcia tych jednostek chorobowych zauważa, że można się ich doszukiwać już w starożytności, a także w średniowieczu (współcześnie określa się je mianem *anorexia mirabilis* – święta anoreksja). Odmawianie posiłków często związane było wtedy z utrzymaniem ciała w czystości, z ascezą, co prowadziło do dobrowolnego doprowadzenia organizmu do wycieńczenia, a w ostateczności do śmierci. Dopiero w połowie XVI wieku zaczęto opisywać zaburzenia odżywiania w kontekście medycznym. Połączono je wtedy z innym zaburzeniem – depresją, która miała bezpośredni wpływ na wszystkie aspekty życia człowieka. Omawiane były wtedy przypadki młodych dziewcząt, które ograniczały swoją dietę do pokarmów lekkich i „czystych”, co wiązało się z ich eteryczną egzystencją. Autorka przytacza również momenty graniczne w sposobach rozpoznawania tej choroby, która w różnych okresach historycznych charakteryzowała się wpływami obowiązującego wtedy kanonu piękna, a także postępem dziedziny medycyny i psychologii. Przełomowy stał się jednak początek XXI stulecia, kiedy w Ameryce pojawiły się ruchy pro-ana – promujące anoreksję. Wtedy zmienił się wymiar jadłowstrętu, który, oprócz swojej pierwotnej formy, zyskał nową odmianę – przekształcił się z choroby w styl życia (Chruścikowska 2016: 310). Monika Frąckowiak określa współczesną anoreksję mianem fenomenu ponowoczesnej kultury, zwracając uwagę na przemiany w dostępie społeczeństwa do informacji o nich – dzisiaj media sytuują się w centrum między „otoczeniem mikrospołecznym (rodziną) a kontekstem makrospołecznym (społeczeństwem globalnym)” (Frąckowiak 2005: 172). Dlatego też anorektyczny styl życia może głównie wynikać z uwarunkowań kulturowych – popularyzacji perfekcjonizmu i „idealnej” szczupłej sylwetki. Gloryfikowanie głodu w erze dostatku to wyraźny paradoks, który dotyczy krajów wysoko rozwiniętych. Jednak rodzina, najbliższe otoczenie kształtują reakcje na odbiór mediów i opinii publicznej oraz wpływają na stabilność psychiczną jednostki. Osoby, które żyją w rodzinach kontrolujących, restrykcyjnych, patologicznych, nieprawidłowo realizujących potrzeby akceptacji i przynależności, częściej stają się ofiarami działań autodestrukcyjnych, w tym anoreksji. Badania nad tym zaburzeniem wskazują, że najbardziej narażoną grupą chorobową są kobiety między 12. a 19. rokiem życia (Komorowska-Szczepańska etc. 2016: 65) oraz mężczyźni w przedziale wiekowym 14–15 i 18–19 lat (Cieślukowska/Łucka 2010: 173). Obrazuje to połączenie zjawiska dojrzewania z potencjałem chorobotwórczym w zakresie zaburzeń odżywiania.

Wymiar globalny wymienionych zaburzeń, ich statystycznie częste występowanie w różnych rejonach świata i duży wpływ na osoby w młodym wieku sprawiają, że są one chorobami cywilizacyjnymi, które z każdym rokiem się nasilają.

Spółeczeństwo podejmuje walkę z tym zjawiskiem, prowadząc działania mające na celu redukcję prawdopodobieństwa zachorowań. W szkołach wprowadza się specjalne zajęcia poświęcone profilaktyce związanej z bezpiecznym teoretycznym zapoznaniem się z chorobami cywilizacyjnymi (Pławecka). Wyróżnia się i nagłaśnia specyficzne kategorie jadłowstrętu, np. pregoreksję – występującą u kobiet w ciąży (Harasim-Piszczałowska/Krajewska-Kułał 2017). Powstają strony przeciwdziałające pro-ana, zrzeszające osoby chcące wyzdrowieć, akcje uświadamiające zagrożenie, pomagające zidentyfikować objawy, a także ośrodki lecznicze. Do tych działań dołączają również środowiska literackie i artystyczne, w tym twórcy powieści graficznych, którzy podejmują się opisanie oraz zobrazowania anoreksji (oraz innych chorób żywieniowych) w swoich utworach.

2. Metafory wizualne

Międzynarodowe klasyfikacje chorób prezentują jadłowstręt psychiczny jako ciąg liczb i liter: ICD-10 – F50.0 i DSM-5 – 307.1 (Olech 2020: 154). Nadanie kształtu czemuś, co go nie posiada, bazuje na inwencji twórczej artystów, którzy bardzo często posilkują się skojarzeniami tworzącymi metafory. Grzegorz Kowalski, omawiając kognitywne modele metafory wizualnej, pisze:

Z perspektywy procesu komunikacji użycie metafory wygląda w następujący sposób: nadawca chce powiedzieć odbiorcy coś o przedmiocie prymarnym w sposób metaforyczny. Nadawca wybiera odpowiedni przedmiot sekundarny, mając na uwadze podobieństwo pewnych cech obu przedmiotów. Ogół cech każdego przedmiotu stanowi jego zespół implikacji (*implication complex*), natomiast z wybranych przez siebie cech wspólnych obu przedmiotów nadawca konstruuje równoległy zespół implikacji (*parallel implication complex*). Ten musi z kolei zostać zrekonstruowany przez odbiorcę, aby mógł on zrozumieć sens metafory zamierzony przez nadawcę (Kowalski 2022: 56).

W przypadku tematyki niniejszego artykułu przedmiotem prymarnym będzie anoreksja, którą artysta chce zilustrować przy użyciu przedmiotu sekundarnego. Jego dobór musi bazować na powiązaniach i wspólnych cechach łączących oba terminy. Kowalski przytacza teorię interpretacji wizualnej holenderskiego lingwisty Forceville’a, która bazuje na trzech podstawowych pytaniach:

1. Które elementy przedstawione należą do metafory?
2. Który z tych elementów jest przedmiotem prymarnym (*primary subject*), a który przedmiotem sekundarnym (*secondary subject*)?
3. Jakie cechy przedmiotu sekundarnego są rzutowane na przedmiot prymarny? (Kowalski 2022: 56).

Powyższe ustalenia posłużą w późniejszej analizie powieści graficznych obrazujących zaburzenia odżywiania.

Według *Wielkiego słownika języka polskiego PWN* metafora jest środkiem stylistycznym, „w którym słowo, wyrażenie, opis lub obraz uzyskują nowe znaczenie przez odniesie do innej rzeczy lub zjawiska na zasadzie dostrzeżonego podobieństwa” (WSJP – *metafora*). Podobieństwo to musi być na tyle dokładne lub podparte wskazówkami interpretacyjnymi, by odbiorca był w stanie je zrozumieć. Anna Lewicka-Strzałecka wyróżnia cechę racjonalności metafory językowej, która musi bazować na logice i wiedzy ogólnej, by mogła zostać poprawnie zinterpretowana. Zaznacza jednak, że sztuka stymuluje „ludzką wyobraźnię, ale też i [ogranicza – J.G.] racjonalne myślenie” (Lewicka-Strzałecka 1994: 91). Oznacza to, że artyści – malarze, ilustratorzy, rysownicy – mają większą dowolność w swojej twórczości, a także nieograniczone możliwości ze względu na bezpośredni czynnik wizualny.

Do zaprezentowania zagadnienia graficznej wizualizacji zaburzeń odżywiania wybrane zostały dwie powieści graficzne¹ przetłumaczone i wydane w Polsce w 2023 roku – *Przepowiednia pancernika* oraz *Moja przyjaciółka Nore*. Pierwsza przedstawia perspektywę osoby niemającej bezpośrednich doświadczeń z zaburzeniami odżywiania, które odciskają swoje piętno na kimś z jej otoczenia. Stanowi to jeden z wielu motywów, którym operuje utwór. W drugiej omówiony zostaje proces walki z chorobą, stanowiącej centrum całej powieści graficznej. Zestawienie ze sobą prac twórczych autorów o różnym pochodzeniu (włoskiego artysty i hiszpańskiej artystki), mimo odmiennych realizacji tematu, prezentuje bardzo zbliżone wizualizacje. Wskazuje to na możliwość szukania łączącej obie powieści graficzne płaszczyzn interpretacyjnych oraz wspólnych aspektów wskazujących na zbliżone funkcje formy.

¹ Na potrzeby artykułu wybrane zostały dwa komiksy opisujące problematykę zaburzeń odżywiania w celu zestawienia ze sobą dwóch różnych perspektyw (bezpośredniego i pośredniego zetknięcia z chorobą), które prezentują w sposób fizyczny samo schorzenie. Nie są to jednak jedyne utwory, które podejmują ten temat w recepcji gatunku powieści graficznej. Wśród autorów omawiających w intermedialnej formie zagadnienia zaburzeń odżywiania można wyróżnić: Nadię Shivack (*Inside Out, Portrait of an Eating Disorder* 2007), Lesley Fairfield (*Tyranny* 2009), Katie Green (*Lżejsza od swojego cienia* 2013), Lacy J. Davies i Jima Kettnera (*Ink in Water: An Illustrated Memoir (Or, How I Kicked Anorexia's Ass and Embraced Body Positivity)* 2017), Hayley Gold (*Nervosa* 2023), Victorię Ying (*Hungry Ghost* 2023), Rosenę Fung (*Age 16* 2024).

3. Zerocalcare *Przepowiednia pancernika*

Zerocalcare – pod tym pseudonimem artystycznym kryje się Michele Reche – to włoski rysownik, który przed debiutem pisarskim był artystą internetowym. Zbiór jego pierwszych komiksów został opublikowany w 2013 roku w formie powieści graficznej pod tytułem *Przepowiednia pancernika*. Sam autor jest głównym bohaterem historii, w której dzieli się swoim światopoglądem i przywołując wspomnienia, opowiada o sobie i swoich bliskich. Skupia się głównie na przeżyciach z młodości, kiedy poznał swoją pierwszą miłość, a także gdy uformował swój aktualny światopogląd. Ten zobrazowany jest w teraźniejszości, która przeplata się z przeszłością, tworząc całość. Główny wątek powieści komiksowej dotyczy utraty bliskiej osoby – przyjaciółki o imieniu Camille i próby zaakceptowania tej straty oraz ostateczne z nią pożegnanie. Bardzo wyraźnie w tym utworze przedstawiony jest rys autobiograficzny, który „w twórczości artystów [...] przejawia się w sztuce jako szeroko rozumiany wizualny opis ich własnego życia poprzez sięganie m.in.: do wspomnień, istotnych doświadczeń życiowych, marzeń, pragnień czy wyobrażeń siebie przybierających formę realistycznych, symbolicznych bądź metaforycznych autoportretów” (Morozewicz 2019: 219). Zerocalcare sięga do popkultury, historii, życia prywatnego, społecznego i życia twórcy komiksów. Jego obserwacje i umiejętności artystyczne tworzą syntezę egzystencji, którą łatwo utożsamić z określoną grupą odbiorców – ludźmi młodych, „neurotycznych i introwertycznych”, jak głosi opis komiksu. Zerocalcare czerpie inspirację z uniwersalnych przeżyć każdego człowieka, które jednak indywidualizuje, podkreślając charakterystyczną dla jego stylu czarną grubą kreską, i tworzy utwór, będący przykładem sztuki wizualnej, sztuki ekspresji – sztuki formułowania przesłania w intermedialnej formie. Mnogość tematów przedstawionych w komiksie można rozdzielić na dwa obszary. Te bardziej osobiste dotyczą rodziny, przyjaciół, pracy twórcy komiksów, nawyków, doświadczeń, które wiążą się z bardzo intymną częścią życia protagonisty. Są to segmenty przeważnie nacechowane humorystycznie, wprowadzają żarty sytuacyjne lub słowne. W opozycji do tego jawi się tematyka podejmująca konteksty społeczne – głównie historyczno-społeczno-kulturowy obraz Włoch, ojczyzny autora, ale także śmierć i umiejętności radzenia sobie z tym trudnym zagadnieniem. Forma czarnego humoru, którą operuje Zerocalcare, balansuje między dowcipem a powagą w sinusoidalny sposób, przeplatając ze sobą te dwa przeciwstawne sposoby wyrażania emocji. Tworzy to słodko-gorzka równowagę recepcji.

Zerocalcare w swojej twórczości operuje wieloma metaforami. Najważniejszą jest postać tytułowego pancernika, który reprezentuje alter ego, podświadomość,

moralne wzory autora, jawiąc się w jego wyobrażeniach jako kompan życia codziennego, który mu podpowiada, radzi, strofuje i przestrzega. Ma niegroźną aparycję, dość przyjazną, przedstawiany jest w ciepłych barwach – pomarańczowej i żółtej, a jego skorupa posiada właściwości obronne, co można interpretować jako autorski sposób na kontrolę bezpieczeństwa, w którym wszystkie decyzje i wydarzenia, dziejące się wkoło Zero, muszą być skomentowane przez pancernika. Nie zawsze jest on jednak w stanie ochronić bohatera przed złymi decyzjami, ale jego egzystencja ma wyraźne założenia pozytywne i obronne. W jednym z wywiadów autor przyznał, że zwierzę, którego użył, charakteryzuje się skrytością, dba o swoją prywatność, a także stawia opór przeciwnościom losu – nawet samej ewolucji (Giuliano 2021). Ciekawy koncept pancernika, który nie jest istotą samoistną, łączy się z głównym bohaterem, stanowiąc element osobowości protagonisty – metaforyczną wizualizację reprezentującą jego alter ego lub superego (głos sumienia) wyróżnianego przez Freuda, stojącą w opozycji do drugiej ontologicznie podobnej postaci. Ta pojawia się przy Camille – sympatii Zero, jego przyjaciółce z dzieciństwa, która zmarła, chorując na anoreksję. Ten wizerunek przedstawia *demoną towarzyszącego* – wizualizację wyniszczającej choroby – to wielki potwór o czarnym ciele, ostrych zębach i pazurach, a także jarzących się oczach. W przeciwieństwie do pancernika nie da się z nim porozmawiać ani dyskutować. Pojawia się jedynie na dwóch ilustracjach, ale swoją prezencją wywiera na czytelniku bardzo silne wrażenie.

Biorąc pod uwagę pytania, które proponuje Forceville przy interpretacji wizualnej metafory, można jasno określić, że przedmiotem prymarnym jest anoreksja, a sekundarnym towarzyszący Camille demon. Pozostaje więc odpowiedzenie na pytanie: Jakie cechy rzutują na to połączenie? Zanim demoniczna istota pojawia się po raz pierwszy w komiksie Zerocalcare, wspomina on ponowne spotkanie z dawno niewidzianą przyjaciółką: „Kilka lat temu wróciła do Rzymu. Ledwo ją poznałem. Była bardzo szczupła”, co komentuje „Ale z ciebie patyczak” (Zerocalcare 2023: 101). Nie jest wtedy jeszcze świadomy egzystencji demonu, którego Camille ukrywa – ukrywa chorobę. To pancernik, jako podświadomość, pierwszy spotyka się z tą metaforyczną wizualizacją anoreksji, co może wskazywać, że bohater miał pewne podejrzenia względem stanu jej zdrowia. Dopiero po śmierci dziewczyny Zero staje twarzą w twarz z demonem i przedstawia anoreksję tak, jak sam ją widzi – jako straszną bestię niezdolną do prowadzenia dialogu, która odebrała mu bliską osobę. Rozmawia na ten temat z przyjacielem, mówiąc: „Jest trup. Jest gniew” (Zerocalcare 2023: 121), odnosząc się w ten sposób do wydarzeń społecznych wynikających z konfliktów, zamieszek i protestów, które często skutkują ofiarami. Przyjaciel odpowiada: „Jestem przyzwyczajony do tego, że jak zabijają kogoś

z naszych, to wszystko palimy... Ale to..." (Zerocalcare 2023: 122). Anoreksja staje się w ich odbiorze czymś nieuchwytnym, wobec czego nie można użyć kontrataku. Odczuwany gniew nie może skumulować się na drugiej osobie, a czynników zewnętrznych jest zbyt wiele, by obwinić jeden konkretny. „Lepiej radzimy sobie z zamordowanymi przez policję niż z zabitymi przez anoreksję” – podsumowuje Zero. Wynika to z potrzeby identyfikacji źródła śmierci i chęci pomśczenia jej skutków. Rzuca na to także „poczucie winy, [...] bunt i pytania: Dlaczego tak się stało, kto zawinił?”, co jest jednym z etapów żałoby (Bębas 2022: 88). Demon towarzyszący – anoreksja – okazał się potężniejszy, jego rozmiar obrazuje również rozmiar problemu, z którym musiała mierzyć się Camille. Mimo podjętej walki przegrała – „Nie dała rady. Odeszła na zawsze” (Zerocalcare 2023: 20).

4. Elisabeth Karin Pavón Rymer-Rythén *Moja przyjaciółka Nore*

Elisabeth Karin Pavón Rymer-Rythén, hiszpańska ilustratorka, postanowiła zobrazować autobiograficzną historię, opowiadającą jej własną walkę z anoreksją. W 2022 roku opublikowała powieść graficzną zatytułowaną *Comiendo con Miedo*, co bezpośrednio można przetłumaczyć jako „jedzenie ze strachem”. Odpowiedzialna za przekład na język polski Anna Alochno-Janás postanowiła jednak zupełnie zmienić ten tytuł i tak na polskim rynku wydawniczym pojawiła się *Moja przyjaciółka Nore* (2023). Utwór podzielony jest na trzy części oraz epilog. Każdy segment odpowiada konkretnemu stadium przeżywanej choroby. Autorka zaczyna od pierwszych objawów, które niemal podręcznikowo zaczynają się w wieku nastoletnim – „Nikt mnie nie uprzedził, że moje ciało tak bardzo się zmieni. Nikt nie przygotował mnie na to, co się w nim zmieni. Wszystko mi nagle urosło. Moje ciało stało się obce” (Rymer-Rythén 2023: 17). Okres dojrzewania, któremu towarzyszą nieoczekiwane zmiany, tworzy potencjalnie sprzyjające środowisko dla zaburzeń odżywiania. Odchudzanie, stosowanie restrykcyjnych diet, ograniczanie posiłków, które skutkuje spadkiem wagi, przynosi choremu pewnego rodzaju spełnienie, które jest krótkotrwałe, a jego osiągnięcie wciąż napędzane lękiem przed przytyciem (Kierus *etc.* 2012: 295). Główna bohaterka Elisabeth zwiększa wysiłek fizyczny, by ćwiczeniami również kontrolować swoją wagę. Prowadzi to do wycieńczenia organizmu, który ponownie się zmienia – tym razem w bardziej odpowiadający bohaterce kształt, ale wciąż daleko mu do ideału. Elisabeth przedstawia swoją nastoletnią wersję stojącą przed lustrem, kiedy wpatruje się w swoje odbicie, w którym z każdym spojrzeniem pojawiają się ciemne plamy. Dziewczyna

wypowiada w końcu słowa „jestem obrzydliwa”, co niczym magiczne zaklęcie wywołuje jej *demoną towarzyszącego*, który staje się jej najlepszą przyjaciółką. Przedstawia się jej z uśmiechem, mówiąc: „Mam na imię Nore i przyszłam cię uratować” (Rymer-Rythén 2023: 21). Nore przybrała kształt smukłej, kanciastej istoty o dużych oczach i dwóch małych ząbkach. Tu także łatwo zidentyfikować przedmiot prymarny i sekundarny – anoreksję i Nore (demoną). W tym momencie warto przeanalizować decyzję tłumaczki, którą podjęła przy translacji tytułu, by dostrzec wyraźne powiązanie. Zastosowanie tej zmiany można wyjaśnić na podstawie podobnego przykładu. We wcześniej wspomnianych społecznościach pro-ana prefiks *pro-* oznacza promowanie, ale pozostały człon ma inne znaczenia poza samą chorobą. Odcinając prefiks, pozostaje jednostka imienna – Ana (An–oreksja–a). Imię to można uznać tylko za ucięcie morfologiczne, ale w interpretacji badaczy zajmujących się analizą tych społeczności ma ono dużo istotniejsze znaczenie (Malinowska 2012: 143). To przede wszystkim metafora tworząca wizerunek kobiety/dziewczyny (ze względu na imię żeńskie) – postaci, która reprezentuje wszystko, co chce osiągnąć osoba chora. Dominika Malinowska, analizując słownictwo, które występuje na forach i blogach promujących zaburzenia odżywiania, przytacza zdania: „Ana jest bardzo, bardzo wątła” – reprezentuje ideał – czy: „Muszę pozbyć się jedzenia, Ana będzie zła” (Malinowska). W ten sam sposób powstała Nore (a–Nore–ksja, hiszp. a–Nore–xia).

Z początku nie wydaje się groźna, ale jej wygląd szybko ewoluuje wraz z postępem choroby. Elisabeth – przytłoczona czynnikami zewnętrznymi: rozwodem rodziców, zmianą szkoły, a także słabymi ocenami – potrzebuje poczucia kontroli, które iluzorycznie odzyskuje przy Nore. Demon ciągle jej towarzyszy, trzymając ją za dłoń, staje się rozmówcą i konsultantem w każdym aspekcie życia. Pojawia się pierwszy raz, wyłaniając się z lustra, co wskazuje na zniekształcenie własnego wyobrażenia głównej bohaterki, która sama nie może dostrzec siebie w odbiciu. Przeszkadza jej w tym demon, wymuszając na niej radykalne zmiany w stylu życia. Ten demon towarzyszący sprawuje podobną funkcję jak niedemoniczny pancernik Zerocalcare, ale jego źródło i cele są zupełnie odmienne. Pierwszy raz Nore ukazuje swoją prawdziwą formę, kiedy Elisabeth musi pójść do lekarza z powodu zaburzenia cyklu menstruacyjnego, wynikającego z niedożywienia. Lekarka sugeruje dziewczynie zbytnią utratę wagi, a wtedy Nore momentalnie rośnie, jej oczy stają się czerwone, usta wypełniają się długimi zębiskami, a język rozdwaja się jak u węża. Staje się agresywna w stosunku do innych, ale też i samej Elisabeth, która powoli zdaje sobie sprawę, że faktyczną kontrolę sprawuje nad nią anoreksja. Kiedy próbuje podjąć dialog z Nore, słyszy: „Jestem częścią ciebie, a to oznacza,

że to wszystko twoja wina. To, że nie masz przyjaciół, to twoja wina. To, że twoje ciało jest wstrętne, to twoja wina” (Rymer-Rythén 2023: 49). Bohaterka poddaje się takiej narracji i szybko odczuwa konsekwencje tej decyzji – Nore atakuje ją fizycznie w swojej ogromnej i przerażającej formie, zadaje jej cios, otwierający drugą część opowieści. To moment graniczny, w którym oficjalnie pada diagnoza – anoreksja. Doszło do przeciążenia organizmu, w efekcie czego Elisabeth trafiła do szpitala na oddział psychiatryczny. Tutaj jej demon nie ma wstępu, pojawia się jedynie sporadycznie w krytycznych momentach, przypominając o swoim istnieniu i sabotując postępy, jakie dziewczyna poczyniła podczas terapii. Leczenie jest przymusowe, co z początku przeraża Elisabeth. Nieufność wobec personelu, który czujnie ją obserwuje, zmuszanie się do jedzenia lub karmienie przez sondę, brak prywatności, przyjmowanie leków i brak stałego elementu, którym przez długi czas była Nore, sprawiają, że proces zdrowienia jest bardzo trudny.

Poznając innych pacjentów, Elisabeth spostrzega, że nie tylko ona ma towarzyszącego demona. Chłopakowi o imieniu Dani towarzyszy Mia (buli-Mia) – „Wkurza mnie, bo ciągle każe mi wymiotować wszystko, co zjadłem. Ale uczę się ją kontrolować” (Rymer-Rythén 2023: 92). Uświadamia sobie, że wszyscy posiadają różnego rodzaju demony, których obecność wpływa na jakość ich życia. To pozwala jej skupić się na terapii i po 78 dniach opuścić szpital. Jednak za jego drzwiami, w niekontrolowanym przez lekarzy środowisku, Nore znów zyskuje na sile. Autorka przedstawia scenę, w której demon ciągnie Elisabeth za dłoń do łazienki i zmusza do wymiotów, powtarzając, że za dużo zjadła. To kolejny atak fizyczny, którego dopuściła się na niej jej towarzyszka. Pokazuje to wyraźnie, że tytuł powieści graficznej jest nacechowany ironicznie – przyjaźń, którą oferuje Nore jest fałszywa i destrukcyjna. Moment konfrontacji, tj. szczerej rozmowy, następuje dopiero po znalezieniu odpowiedniego terapeuty, przy którym bohaterka zada sobie pytanie, kim jest jej demon towarzyszący i skąd się wziął. Źródłem, przedstawionym w kolejnej wizualnej metaforze, okazuje się podobna do Nore, lecz dużo mniejsza istota o łagodniejszych, pękatych kształtach i neutralnej brązowej barwie. „jestem twoim lękiem!” (Rymer-Rythén 2023: 140) – krzyczy do Elisabeth, wyjawiając jej ontologiczny początek anoreksji. Przeprowadzone przez Beatę Pawłowską badania dotyczące współzależności między stresem a zaburzeniami odżywiania wskazują, że:

Stosowanie w sytuacji stresu nieadaptacyjnych metod, takich jak: reagowanie poczuciem winy, poczuciem przygnębienia, beznadziejności, ucieczką od problemów, koncentracją na porażkach, współwystępuje z nasilonym poczuciem bezwartości-

wości, trudnościami w rozpoznawaniu swoich potrzeb, stosowaniem restrykcyjnych diet i perfekcjonizmem u kobiet z zaburzeniami odżywiania (Pawłowska 2011: 216).

Opis ten idealnie pasuje do relacji Elisabeth z jej demonem, który wytworzył się z lęku przed niespełnianiem oczekiwań najbliższych i społeczeństwa. Sam metaforyczny lęk wymienia także następujące czynniki: doświadczenia życiowe, genetyka czy osobowość, które rzutowały na rozwój jej anoreksji. Nore nie zniknęła z życia bohaterki i autorki – wciąż jest obecna, ale Elisabeth nauczyła się ją kontrolować, kiedy poznała jej źródło. Trzecia część kończy się słowami: „Mogę teraz jeść bez strachu” (Rymer-Rythén 2023: 158), wtedy główna bohaterka widzi swoje odbicie w szybie. Pokazuje to progres w leczeniu – jej własna sylwetka, na którą wcześniej nie mogła patrzeć, zniekształcona przez demoniczną Nore, wróciła do swojego właściwego, realnego kształtu.

5. Funkcje terapeutyczne i dydaktyczne komiksu

Na potrzeby artykułu powstał termin *demon towarzyszący*, którego istnienie identyfikuje chorobę w utworze. Nawiązuje on do wyrażenia – „zwierzę towarzyszące”, które implikuje towarzystwo właściciela i głęboką relację między oboma podmiotami. Człowiek wybiera swoje zwierzę, kierując się sympatią i otrzymuje dzięki temu możliwe do wypunktowania korzyści, często o działaniu terapeutycznym, np. budzenie motywacji do działania, korzyści emocjonalne, korzyści społeczne, korzyści zdrowotne (Lubiarz 2024: 33). Demon towarzyszący, który powstaje z połączenia wyobraźni oraz zdolności artystycznych autora danego medium, funkcjonuje również w uzależnieniu od właściciela (postaci w utworze). Jest z nim związany na poziomie emocjonalnym oraz psychicznym, ale człowiek go nie wybiera. Demon reprezentuje chorobę, potencjał jej siły, przedstawiając ją w wizualnej metaforze z wyraźnie negatywnie nacechowaną aparycją demonicznej istoty.

Oba wyżej opisane utwory wizualizujące jadłowstręt wyróżniają się aspektem autoterapeutycznym. Autorzy, świadomie lub nie, wykorzystują potencjał medycyny narracyjnej, gdzie kluczową rolę odgrywają odbiorcy, ponieważ

sluchanie [w tym przypadku zapoznanie się z komiksem – J.G.] oznacza uznanie drugiego w jego doświadczeniu, w jego cierpieniu. [...] Postrzeganie tego rodzaju historii/opowieści niesie ze sobą zobowiązanie do postępowania zgodnie z tym, co zostało dostrzeżone, czyli do reagowania na to, co zostało usłyszane [odebrane jako komunikat – J.G.]. Odpowiedź jest obowiązkowa i jednocześnie wolna (Kuzio 2024: 145–146).

Obie powieści graficzne realizują te założenia – przedstawiają historie osobiste, które dla nich samych są możliwością wyrażenia swoich doświadczeń z anoreksją. Jako artyści dzielący się swoją twórczością pozostawiają także odbiorcom możliwość odpowiedzi, która jest „obowiązkowa” i „wolna” ze względu na nacechowaną emocjonalnie tematykę i indywidualną interpretację.

W przypadku twórczości Zerocalcare zanim Camille stała się postacią w komiksie, była jego przyjaciółką. Po jej śmierci zaczął tworzyć, by o niej nie zapomnieć. Jednak gdy zaczął ją rysować, wpisując w fabułę historii, pojawiły się wątpliwości:

Pamiętam Camille prawdziwą czy Camille z komiksu? Obrazy, które mam przed oczami, są oświetlone światłem neonów z tamtych czasów czy światłem, które stworzyłem za pomocą pisaków staedtler i photoshopa CS? [...] Ile jest Camille, jej prawdziwych oczu w tych wystylizowanych obrazkach? (Zerocalcare 2023: 10–11).

Najbardziej męczyła autora myśl, że w ten sposób szarga jej pamięć, wypacza jej wizerunek. Odpowiedź na dręczące go pytania znalazł u innego artysty – Marca Peano, który również w swojej twórczości uwzględnia zmarłego bliskiego. Powiedział mu, że „w ten sposób można nadal opiekować się osobą, której już z nami nie ma” (Zerocalcare 2023: 11). Uwzględnienie Camille w utworze ma źródło w chęci upamiętnienia jej sylwetki, uhonorowania jej, a jednocześnie dla samego autora staje się formą przepracowania żałoby. Proces twórczy w tym przypadku stawia odbiorcę w pozycji aktywnej, a oddziaływanie utworu jest wyraźnie zaplanowane. Komiksy Zerocalcare są medium wszechstronnym, bo z jednej strony mają cechy autobiograficzne, z drugiej zaś artysta świadomie wyposaża je w funkcję terapeutyczną i autoterapeutyczną.

Popularność *Przepowiedni pancernika* we Włoszech i na świecie sprawiła, że na motywach tego komiksu powstał animowany serial na platformie Netflix (*Oderwij wzdłuż linii* 2021). Jego struktura jest bardzo podobna, jednak nastąpiła znacząca zmiana – Camille zostaje zastąpiona Alice, która popełnia samobójstwo z nieznanych Zero powodów. Serial nie uwzględnia anoreksji ani jej wizualnej metafory w postaci demona towarzyszącego. Nie jest to dokładna adaptacja komiksu, ale tak istotna zmiana przywołuje pytanie: dlaczego? Możliwe, że dzięki realizacji metafory choroby w *Przepowiedni pancernika* doszło do swego rodzaju oswojenia, pogodzenia się ze stratą. Sylwetka Camille została uwieczniona na kartach komiksu i stało się to realizacją ostateczną. Dokładne zidentyfikowanie choroby jako przyczyny śmierci, a także opatrzenie jej wizerunkiem demona miało na celu stworzenie wytłumaczenia. To demon – wizualna reprezentacja, która ma konkretny kształt – jest odpowiedzialny za jej śmierć. Jednak gdy nie ma demona, nie ma

odpowiedzi, w serialu nie zostaje podana przyczyna. Brak możliwości identyfikacji problemu może być straszniejszy niż jakakolwiek demoniczna wizualizacja.

W przypadku Elisabeth Karin Pavón Rymer-Rythén kwestia uzdrawiającego charakteru utworu jest oczywista. Narracja chorego, który mówi o własnym zaburzeniu, wykorzystuje „techniki eksternalizacyjne, pozwalające na symboliczne »wyprowadzenie na zewnątrz« problemu, jego personifikację oraz aktywną komunikację z wybranymi problematycznymi aspektami życia pacjenta” (Tokarska/Ryżanowska 2018: 674). Edyta Januszewska i Izabela Lewandowska przywołują za włoskim pedagogiem Ducciem Demetrio pięć czynników „podwyższających komfort psychiczny narratora w konfrontacji z własną historią” (Januszewska/Lewandowska 2016: 277). Badacz wyróżnił: rozbudzenie (związane z komfortem psychicznym i fizycznym, który pozwala na podzielenie się swoją historią), współdziałanie (potrzeba podzielenia się doświadczeniem, chęć bycia wysłuchanym), ponowne odtwarzanie treści (związane z pozytywnymi i negatywnymi aspektami przeżyć), fantazjowanie (w przypadku Rymer-Rythén będzie to wzbogacenie historii o postać Nore, uatrakcyjnienie narracji) i depersonalizacja (uwzględnienie wątków osób, które w jakiś sposób oddziaływały na narratora – rodzina, znajomi bliscy i dalsi) (Januszewska/Lewandowska 2016). Dzięki temu możliwe jest opracowanie spójnej całości – świadectwa procesu leczenia, obrazującego (dosłownie i w przenośni) rozwój osobisty jednostki. Luffina Lourduraj, omawiając powieść graficzną zatytułowaną *Inside Out. Portrait of an Eating Disorder* Nadii Shivack, zauważa, że:

Narracje graficzne działają tak jak medycyna narracyjna, która pomaga w konstruowaniu myśli, doborze słów i obrazów. Połączenie słowa, ilustracji i koloru w narracjach graficznych uwalnia kreatywność, pomagając osobie chorej wyrazić traumę spowodowaną chorobą w elastycznym medium narracyjnym. Powieści graficzne wykorzystują medium komiksowe, które pomaga ofierze zaburzeń odżywiania osiągnąć zmianę w życiu, torując drogę do samoakceptacji i tworzenia pozytywnego obrazu siebie² (Lourduraj 2025: 28) [tłum. J.G.].

Osoba po takich przeżyciach i doświadczeniach staje się także przykładem dla innych mierzących się z podobnymi życiowymi doznaniem, prezentując moż-

² Graphic narratives act like a narrative medicine that helps in constructing the thoughts of one's choice of words and images. The combination of word, image, and color in graphic narratives unleashes one's creativity, helping the subject of illness to express one's trauma from illness in a flexible medium of narratology. Finally, graphic novels use the comic medium, which helps the victim of the eating disorder to attain a transition in life, paving the way for self-acceptance and creating a positive self-image.

liwość powrotu do zdrowia i osiągnięcia spełnienia. Sam komiks wzbogacony jest o segment poświęcony wymienieniu stron internetowych organizacji, które wspomagają walkę z zaburzeniami odżywiania – Ogólnopolskie Centrum Zaburzeń Odżywiania, Anonimowi Jedzenioholicy, Fundacja Światło dla Życia – Ośrodek zapobiegania chorobom łaknienia i Ośrodek leczenia anoreksji. W sytuacji, gdy odbiorcą jest osoba, która nie ma doświadczeń życiowych z jakąkolwiek formą zaburzeń odżywiania, komiks stanowi swego rodzaju remedium, które ma na celu zapobieganie i uwrażliwienie na problem społeczny. Wprowadza to aspekt dydaktyczny, który w intermedialnej formie może mieć potencjalnie większą siłę przekazu przez swój przystępny sposób recepcji. Rymer-Rythén w epilogu swojej historii portretuje także inne jednostki chorobowe powiązane z przyjmowaniem pokarmów – bulimia, bigoreksja, obżarstwo napadowe, zespół przeżuwania, megareksja, ortoreksja, otyłość. Podkreśla ich „emocjonalne, psychiczne, fizyczne i społeczne” (Rymer-Rythén 2023: 163) aspekty, na które warto zwrócić uwagę.

Wnioski

Współcześni twórcy komiksów świadomie używają intermedialnej formy jako przekątnika treści nacechowanych wartościami wykraczającymi poza stereotypowe dla komisu wyróżniki, np. humor czy brak powagi. Wykorzystanie tematów uznawanych powszechnie nie tylko za trudne, lecz także obciążające psychicznie, i sportretowanie ich poprzez metafory demonicznych postaci, które reprezentują anoreksję, jest zarówno ciekawym zabiegiem artystycznym, jak i wyzwaniem interpretacyjnym, skłaniającym do myślenia. Demony – towarzyszący Camille i ten u boku Elisabeth – to z jednej strony wizualizacje mające na celu uatrakcyjnienie recepcji i wzbogacenie narracji, a z drugiej reprezentacja percepcji autorów, która uświadamia trud przezwyciężenia choroby. Wyostrza zagadnienie „walki” z zaburzeniem, ucieleśniając przeciwnika, a także podkreślając jego siłę. Przedstawienie osobistej historii – studium konkretnego przypadku, który nie jest opisany jedynie medycznym, historycznym lub socjologicznym żargonem, wypunktowującym konsekwencje choroby – charakteryzuje się emocjonalną głębią. Oddziałuje na czytelnika, który uczy się poprawnego reagowania na nowe sytuacje, przyswaja skoncentrowaną w intermedialnej formie wiedzę. Jednocześnie wciąż czerpie przyjemność i satysfakcję z doznań estetycznych, które oferują artyści komiksowi.

Bibliografia

Literatura podmiotu

Pavón Rymer-Rythén, E.K. (2023), *Moja przyjaciółka Nore*. Łódź: JK Wydawnictwo.
Zerocalcare (2023), *Przepowiednia pancernika*. Warszawa: Wydawnictwo Mandioca.

Literatura przedmiotu

- Bębas, S. (2022), *Interwencja i wsparcie w żalobie i smutku – w wybranym spektrum straty*. HUMANITAS Pedagogika i Psychologia 1/25: 83–99. DOI: 10.5604/01.3001.0016.0779.
- Chruścikowska, A. (2016), *Charakterystyka blogów pro-ana*. Pielęgniarstwo i Zdrowie Publiczne 6/4: 309–314. DOI: 10.17219/pzp/64694.
- Cieślukowska, A.M./Łucka, I. (2010), *Zaburzenia odżywiania wśród klinicznej populacji dzieci i młodzieży płci męskiej*. Psychiatria 7/5: 173–179.
- Dylak, S. (2012), *Alfabetyzacja wizualna jako kompetencja współczesnego człowieka*. W: Skrzydlewski, W./ Dylak, S. (red.), *Media – edukacja – kultura*. Poznań: Polskie Towarzystwo Technologii i Mediów Edukacyjnych: 119–132.
- Frąckowiak, M. (2005), *Anorexia nervosa – fenomen ponowoczesnej kultury i choroba systemu rodzinnego*. Dylematy Współczesnych Rodzin. Roczniki Socjologii Rodziny XVI: 171–188.
- Giuliano, C. (2021), *Strappare lungo i bordi, perché la coscienza di Zerocalcare è un armadillo?* <https://serial.everyeye.it/notizie/strappare-bordi-perche-coscienza-zero-calcare-armadillo-557346.html> [dostęp: 22.05.2025].
- Glinkowska, B. (2015), *Potrzeba przynależności – elementarna czy rzędu wyższego?* W: Januszkiewicz, K. etc. (red.), *Zachowania organizacyjne. Relacje społeczne w przestrzeni zmian*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego: 93–103.
- Harasim-Piszczatowska, E./Krajewska-Kuśak, E. (2017), *Pregoreksja – anoreksja kobiet ciężarnych*. Pediatria i Medycyna Rodzinna 13/3: 363–367. DOI: <https://doi.org/10.15557/PiMR.2017.0038>.
- Hoffman, B. (2021), *Zaburzenia odżywiania w ujęciu historycznym*. Człowiek – Niepełnosprawność – Społeczeństwo 2: 99–118. DOI: 10.5604/01.3001.0015.0627.
- Januszewska, E./Lewandowska, I. (2016), *Badacz wobec badanego. Różne dyscypliny – jedna perspektywa*. W: Kafar, M. (red.), *Auto/biograficzne aspekty praktyk poznawczych*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego: 271–299.
- Kaźmierczak, N./Niedzielski, A. (2016) *Zaburzenia odżywiania jako choroby cywilizacyjne XXI wieku*. W: Warchał, M. (red.), *Cywilizacja zdrowia*. Wydawnictwo internetowe e-bookowo: 123–133.
- Kierus, K./Białokoz-Kalinowska, I./Piotrowska-Jastrzębska, P. (2012), *Zaburzenia odżywiania u młodzieży*. Pediatria i Medycyna Rodzinna 8/4: 293–297.
- Komorowska-Szczepańska, W./Plata, A./Podgórska, M. (2016), *Problem zaburzeń odżywiania*. W: Podgórska, M. (red.), *Żywność a środowisko*. Gdańsk: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Zarządzania: 60–69.
- Kowalski, G. (2022), *Kognitywne modele metafory wizualnej: teoria, metodologia, analizy*. LingVaria 1/33: 53–66. DOI: <https://doi.org/10.12797/LV.17.2022.33.05>.
- Kuzio, A. (2024) *Medycyna narracyjna w ujęciu Rity Charon: utopia czy świetlana przyszłość? Znaczenie medycyny narracyjnej w kształtowaniu procesu komunikacji między lekarzem i pacjentem*. W: Seul, A./Gorzelańska, J. (red.), *Prace aksjologiczne. Zdrowie i choroba w kontekście aksjologicznym*. Zielona Góra: Oficyna Wydawnicza UZ: 137–153.
- Lewicka-Strzałecka, A. (1994), *Metafora – racjonalność imaginatywna*. Przegląd Filozoficzny – Nowa Seria R. 3/1: 91–100.

- Lourduraj, L. (2025), *Graphic Narratives on Overcoming Eating Disorders and Reconciliation of the Body Image in Nadia Shivack's Inside Out (2007)*. Theory and Practice in Language Studies 15/1: 24–29. DOI: <https://doi.org/10.17507/tpls.1501.03>.
- Lubiarz, M. (2024), *Zwierzęta towarzyszące w życiu mieszkańców współczesnych miast*. Roczniki Kulturoznawcze 4: 27–46. DOI: <https://doi.org/10.18290/rkult24154.2>.
- Malinowska, D. (2012), *Metafory choroby w społecznościach ProAna i ProMia*. W: Cichmińska, M. (red.), *Nowe zjawiska w języku, tekście i komunikacji. Metafory i amalgamaty pojęciowe*. Olsztyn: Instytut Filologii Polskiej UWM w Olsztynie: 141–148.
- Mikulska, E. (2017), *O ewolucji komiksu, czyli o narodzinach powieści graficznej*. Bibliotekarz Podlaski 3: 347–354 [rec. *Powieści graficzne. Leksykon* (2015), red. Konefał, S.J. Warszawa: Wydawnictwo Timof i cisi współpracownicy, ss. 544].
- Morozewicz, M. (2019), *Obrazy autobiograficzne w arteterapii*. Kultura i Edukacja 3: 217–227. DOI: <https://doi.org/10.15804/kie.2019.03.15>.
- Olech, A. (2020), *Anoreksja – rehabilitacja żywieniowa*. W: Maciąg, M./Danielewska, A. (red.), *Wyzwania współczesnej medycyny i nauk pokrewnych – analiza, diagnostyka i leczenie*. Lublin: Wydawnictwo Naukowe TYGIEL: 153–169.
- Pawłowska, B. (2011), *Współzależności między sposobami radzenia sobie ze stresem a zaburzonymi postawami wobec odżywiania u kobiet z anoreksją typu przyczyszczającego i z bulimią*. Family Medicine & Primary Care Review 13/2: 214–216.
- Tokarska, U./Ryżanowska, D. (2018), *Listy do anoreksji. Narracyjność narzędzia pracy z pacjentami anorektycznymi w kontekście teorii Dialogowego Ja*. Psychiatria Polska: Organ Towarzystwa Psychiatrycznego 52/4: 673–683. DOI: <https://doi.org/10.12740/PP/OnlineFirst/69394>.
- Wacławczyk, W. (2024), *O społeczno-wychowawczej tożsamości komiksu*. Pedagogika Społeczna 3/93: 71–79. DOI: <https://doi.org/10.35464/1642-672X.PS.2024.3.05>.
- Wróblewski, M. (2016), *Powieść graficzna. Studium gatunku w perspektywie kognitywnej*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Źródła

- Pławecka, M. *Program edukacji prozdrowotnej*. http://www.zssrzyki.um.andrychów.pl/zssrzyki/nauczyciele/publikacje/Program_edukacji_prozdrowotnej.pdf [dostęp: 30.05.2025].
- WSPJ – *metafora*. <https://wsjp.pl/haslo/podglad/5079/metafora> [dostęp: 28.05.2025].

