

**7th INTERNATIONAL
CONFERENCE ON
HYPERACUSIS
and MISOPHONIA**



2024



KONKURS ARTYSTYCZNY

Sound Off jest konkursem prac artystycznych zainspirowanych mizofonią, nadwrażliwością słuchową i szumami usznymi. Konkurs towarzyszy 7. Międzynarodowej Konferencji nt. Nadwrażliwości Słuchowej i Mizofonii (7th International Conference on Hyperacusis and Misophonia – ICHM7).

Artyści z całego świata przesłali na konkurs prace ilustrujące ich osobiste doświadczenia związane z mizofonią, nadwrażliwością słuchową czy szumami usznymi, lub pomysły odnośnie tego, jak sprawić, by osobom wrażliwym na dźwięki lub cierpiącym na szumy uszne było łatwiej funkcjonować w pracy, szkole i w codziennym życiu.

Siedem najlepszych spośród nadesłanych prac jest wystawionych w Warsaw Hall I. Zapraszamy do odwiedzenia wystawy!

ART COMPETITION

Sound Off is a competition of artworks inspired by Misophonia, Hyperacusis, or Tinnitus.

For this global art competition, artists could submit works demonstrating the experience of living with misophonia, hyperacusis or tinnitus, or sharing their ideas about how to help individuals who are sensitive to sound or have tinnitus so they can enjoy their workplace, school, and other family and social activities.

Seven winning artworks are exhibited at the 7th International Conference on Hyperacusis and Misophonia in Warsaw, in the Warsaw Hall I.



1. nagroda / 1st Award

„Dźwięki syren”, ASHLEIGH BARKER (19), Wielka Bryt

Cierpię na mizofonię/nadwrażliwość słuchową, więc stworzyłam tę pracę, aby to wyrazić. Jest to fotografia pracy, którą stworzyłam, w reakcji na dźwięk syren. Następnie nałożyłam na nią obrazy siebie w różnych stanach emocjonalnych, przez które przechodzę, kiedy słyszę syreny.

„The Sounds of Sirens”, ASHLEIGH BARKER (19), UK

I suffer from misophonia/hyperacusis, so I created this piece to express that. It is a photograph of the artwork I created while listening to sirens, overlaid with multiple images of myself in different emotions/ stages I go through when listening to sirens.



2. nagroda / 2nd Award (ex aequo)

„Pastelowe indygo”, NICOLLE CURE (41), USA

Przez moją sztukę i działalność na rzecz pacjentów staram się pokazać wyzwania stojące przed ludźmi takimi jak ja, a także ograniczenia, jakie nadwrażliwość na dźwięki stwarza w codziennym życiu. Chcę, aby osoby oglądające moje prace zrozumiały, na czym polegają nasze trudności. Moja trwająca od 2017 r. choroba naznaczyła moje życie ciągłymi wyzwaniami, ale także wzmocniła mój charakter i wzbogaciła moją sztukę, zmieniając przeciwności losu w niekończące się źródło inspiracji. „Pastel Indigo” to poetyckie dzieło, które ilustruje różne manifestacje dźwięku na różnych etapach rozwoju tej choroby. Chcę tym dziełem oddać hołd naszej odporności i zachęcić widzów do większego współczucia dla siebie samych i otaczającego ich świata.

„Pastel Indigo”, NICOLLE CURE (41), USA

Through my artwork and advocacy work, I aim to convey the challenges faced by individuals like myself, shedding light on the impact of sound sensitivity on daily life. I aim for viewers to perceive the subtleties of these conditions, which offer us numerous lessons. Since 2017, these conditions have marked my life with constant challenges, but they have also strengthened my spirit and illuminated my art, turning adversity into an endless source of inspiration. „Pastel Indigo” is a poetic piece that reflects my vision of how sound manifests in various ways and at different stages of the onset and progression of these conditions. This piece is a special celebration of our resilience and a call to be compassionate with ourselves and the world. .



2. nagroda / 2nd Award (ex aequo)

„Granica ciszy”, SHOHREH PAKDAMAN (45), Iran

Mam nadwrażliwość słuchową. Nie toleruję zatłoczonych i hałaśliwych miejsc. Hałas oddziałuje na moje widzenie, smak, świadomość i wywołuje we mnie gniew. W tej pracy klatka wyraża moje poczucie skrepowania, ograniczenia, bycia na krawędzi. To, jak głośne są słyszane przez mnie dźwięki, ilustrują stłoczone uszy na mojej głowie. Kiedy czuję gniew, staram się myśleć o rzeczach, które mnie uspokajają, to pomaga mi zapanować nad złością wywołaną przez hałas. Kwiat symbolizuje spokój. Jest żywy i piękny, nie jest dla mnie zagrożeniem, a jego widok uspokaja mnie. Moją inspiracją były słowa perskiego poety Rahiego: „Ucho, które słyszało wiele porad, niechętnie usłyszysz kolejne”.

„The Edge of Silence”, SHOHREH PAKDAMAN (45), Iran

I have hyperacusis. I cannot tolerate busy places and noisy environments. My vision, taste, and awareness will be affected by noise, and I get angry. In this artwork, the cage conveys my sense of limitation, the boundary, the edge. I have illustrated the loudness of sounds with the figures of many ear lobes in my head. When I feel angry, I tend to think about things that bring me peace; it helps me to control my anger from all that noise. The flower is a symbol of peace. It is alive and beautiful, makes me feel calm, and they are not harmful. I was inspired by a Persian poet (Rahi), who says: „The ear that has heard lots of advice becomes reluctant to hear more”.



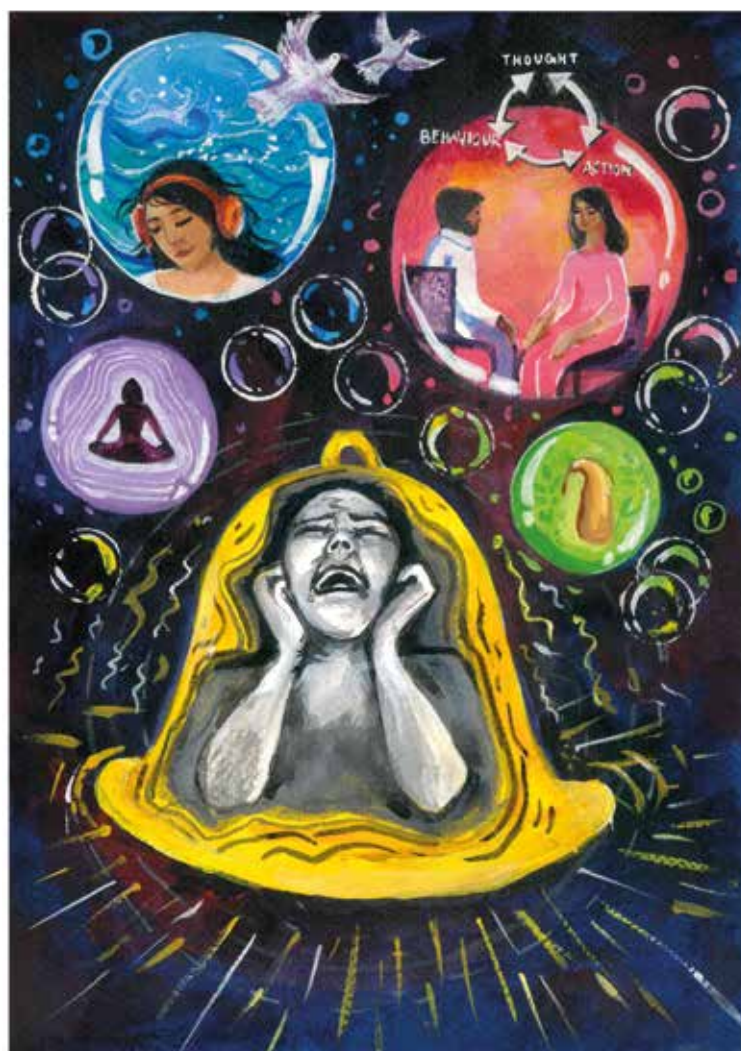
3. nagroda / 3rd Award

„Ty i ja”, FRANCINE LUCE-LAKHAN (64), Wielka Brytania

Jestem uzależniona od nadwrażliwości słuchowej i szumów usznych. Nie chcę ich, ale odczuwam ich brak, kiedy mi nie dokuczają. „Ty i ja” to tytuł zarówno mojej pracy, jak i wiersza o szumach usznych, który umieściłam na tej pracy. Wiersz napisałam wiele lat temu, a teraz poczułam, że powinnam tak samo zatytułować mój rysunek, bo inspiracją do jego stworzenia były słowa wiersza. Podobnie jak rysunek, wiersz pojawił się w mojej głowie nieoczekiwanie, nabierał znaczenia i kształtu w miarę, jak uzewnętrzniałam swoje uczucia. Mój rysunek nie jest technicznie dopracowany, zdecydowałam się zostawić go w takim surowym stanie jako paralelę do moich uczuć związanych z moją chorobą, szczególnie podczas nagłych ataków i zmian szumów usznych.

„You and Me”, FRANCINE LUCE-LAKHAN (64), UK

I have a co-dependent relationship with hyperacusis and tinnitus. I don't want the condition, but I am looking for it when it is not bothering me. „You and Me” is the title of my poem about tinnitus, which I have written on my drawing. I wrote it years ago, and it makes sense today to call the drawing the same, as its words had fed my creativity. Like the drawing, the poem came out of me when I least expected, making sense and taking shape as I went along with my self-expression. My drawing is not a technically defined one, and I chose to leave it that way: raw, like my hearing condition makes me feel at times, especially during the sudden spikes and changes of the tinnitus.



4. nagroda / 4th Award

„Nadzieja wśród chaosu”, URMi ROY (25), Indie

Studiuję audiologię na studiach magisterskich na All-India Institute of Speech and Hearing w Mysore w Indiach. Moje praktyki kliniczne, których opiekunem był dr Prashanth Prabhu, dotyczyły użyteczności terapii behawioralno-poznawczej prowadzonej przez audiologa dla pacjentów cierpiących na szumy uszne. Tematem mojej pracy magisterskiej jest mizofonia.

Mój rysunek pokazuje dziewczynkę, która krzyczy z powodu otaczającego ją wiecznie dźwięku dzwonu – jej szumów usznych. Na jej twarzy widnieją udręka, złość i frustracja. Jednak pośród chaosu i cierpienia pojawiają się promienie nadziei pokazane jako bańki. Każda bańka reprezentuje jakiś sposób radzenia sobie z szumami, taki jak aparaty słuchowe, terapia behawioralno-poznawcza i pomoc psychologa, pomagające jej osiągnąć wewnętrzny spokój.

„Hope Amongst Chaos”, URMi ROY (25), India

I'm an audiology master's student at the All-India Institute of Speech and Hearing in Mysore, India. I had my clinical conference on the topic of the usefulness of audiologist-given CBT for patients suffering from tinnitus under the guidance of Dr. Prashanth Prabhu, and my current dissertation focuses on misophonia. In my artwork, I have shown a girl screaming because of the ever companion bell ringing sound – tinnitus. The distress, anger, and frustration she experiences daily are visible in her expression. But amongst all the chaos and distress, rays of hope, in the shape of bubbles, rise. Each bubble represents the different remedies for tinnitus, such as a hearing aid, cognitive behavioral therapy, and counseling that let her find the peace within.



5. nagroda / 5th Award

„Od ziemi do dźwięku... Życie z szumem usznym”, ELEANOR PONTÉ (23), Wielka Brytania
Mam łagodne szumy uszne od 2017 r., kiedy na przyjęciu u znajomych wybuchł głośnik. Byłam przez jakiś czas pod opieką psychologa, jednak do moich głównych metod radzenia sobie z szumami należą joga, medytacja, spacer i ekspozycja.

Moja praca pokazuje życie z szumami usznymi. Na początku szumy były przerażające. Jednak znalazłam ogromne ukojenie i otuchę w samotnym kontakcie z naturą. W moim obrazie umieściłam literki T (tinnitus) w drzewach i ziemi, aby pokazać, że szumy uszne zawsze mnie otaczają. Nie było łatwo je zrozumieć i uporać się z nimi, jednak w końcu nauczyłam się radzić sobie ze swoimi emocjami. Ta umiejętność – zdobyta w wyniku doświadczania szumów usznych – przydaje mi się teraz w życiu.

„From Earth to Sound ... Living With Tinnitus”, ELEANOR PONTÉ (23), UK

I developed mild tinnitus in 2017 after a pair of speakers blew at a friend's party. I have had some general counselling; however, my main methods of coping with tinnitus were yoga, meditation, walking, and exposure.

This illustration is about living with tinnitus. When it first came, it was terrifying. However, I have found immense relief and comfort from being alone in nature. In this image, I have added T's into the trees and ground to show that tinnitus is always around me. It has not been easy to understand and cope with; however, ultimately, it has helped me deal with my emotions, as I can bring the skills I have learned through having tinnitus into the rest of my life.



6. nagroda / 6th Award

„Szumy uszne i nadwrażliwość słuchowa”, SATU TURUNEN-TAHERI (62), Szwecja

W klinice, w której pracuję jako audiolog, mam wielu pacjentów z szumami usznymi i nadwrażliwością na dźwięki. Czasami mnie samej też dokuczają szumy uszne. Chciałam w mojej pracy pokazać uczucia, które opisują moi pacjenci, i których ja sama także doświadczam z powodu szumów usznych.

„Tinnitus and Hyperacusis”, SATU TURUNEN-TAHERI (62), Sweden

I have many patients with tinnitus and hyperacusis at the clinic where I work as an audiologist. I also sometimes have tinnitus by myself. I wanted to describe in a painting a bit of the feeling I got from my patients. However, it happens that even I am sometimes bothered by tinnitus.

