

**20º FITEC – FEIRA INTERATIVA DE TECNOLOGIA E CIÊNCIA
LONDRINA – PARANÁ - BRASIL**

A IMPORTÂNCIA DA CATARSE NA SOCIEDADE PANDÊMICA

EHARA, L. M.
ASSUNÇÃO, J.C.M;

Colégio Interativa
2021
Ciências Humanas

RESUMO:

Aristóteles (384-322 a.C), importante filósofo grego, nasceu em Estagira e refletiu sobre muitas áreas da Filosofia, entre elas a *Estética*. Nesta, ele buscou desenvolver o conceito de catarse. A catarse consiste na purificação da alma por meio da prática artística. Na antiguidade havia uma grande descarga de sentimentos, provocadas pela visualização dos teatros gregos, tal como a tragédia ou drama. Os telespectadores poderiam entrar em contato com várias emoções entre elas medo, terror, piedade, entre outros e assim liberar suas angústias acumuladas. Na quarentena ocasionada pela pandemia do COVID-19, iniciada em 2020, houve aumento nos casos de depressão e ansiedade, porém muitas pessoas acharam uma forma de amenizar esses sentimentos, como por exemplo: escutando uma música, assistindo um filme, cantando e dançando, esses modos de arte tornaram-se uma forma de alívio. Devido a isso, esta pesquisa questiona: qual a importância da catarse na manutenção da saúde mental das pessoas durante a pandemia? A fim de cumprir os objetivos da pesquisa, primeiramente foi estudado o conceito grego aristotélico de catarse, compreendendo como a arte pode ser usada para extravasar os sentimentos. Em seguida, foi promovida uma reflexão sobre esse ato durante o período da pandemia provocada pelo COVID-19 no ano de 2020. Após isso, aplicou-se um questionário para os alunos do Colégio Interativa de Londrina, no qual foram obtidas 92 respostas. A partir deste pode-se perceber que as pessoas realmente se tornaram mais ansiosas, preocupadas com o futuro e com suas relações durante o isolamento. No mais, pode-se descobrir que a arte, assim como suas práticas e manifestações, foram fundamentais para muitos nesse momento, contribuindo para a manutenção da saúde mental.

Palavras-chave: Aristóteles, Catarse, Teatro grego, Sentimentos.

INTRODUÇÃO

Aristóteles (384-322 a.C) foi um importante filósofo grego, nasceu em Estagira pertencente ao império macedônico, mais tarde ele estudou na academia de platão, aprofundou-se nos estudos platônicos sobre o ser e sobre a essência das coisas, sobre a dialética, sobre a política e sobre as ideias socráticas. Também estudou ética e aprofundou seus estudos em ciências da natureza, campo do conhecimento pelo qual o pensador tinha certa predileção – sua formação inicial aprofundou-se bastante nessa área quando era mais jovem.

Aristóteles se afastou de seu mestre platão por causa de suas ideias de pensamento, a teoria de platão considerava apenas o conhecimento intelectual da verdade era obtido por essências puras, aristóteles não achava isso passou a considerar a validade intelectual de outro tipo de conhecimento: o empírico.

Em 333 a.C. aristóteles foi convidado pelo rei da macedônia Felipe, para educar seu filho Alexandre que futuramente ficaria conhecido como Alexandre o grande (356-323 a.C), porém com esse título alexandre precisava expandir o império macedônio e ele levava Aristóteles junto com ele, com isso ele conheceu novas culturas e percebeu que não era só em atenas que a catarse poderia ser aplicada.

Catarse é a teoria desenvolvida por Aristóteles em que representa a purificação das almas, por meio de uma descarga de emoções, quando as pessoas da Grécia antiga assistiam aos teatros de dramas e tragédia, o público entrava em contato com as emoções de medo, tristeza, angústia entre outros sentimentos do gênero e se sentiam os sentimentos em si mesmos, fazendo com que os seus próprios sentimentos fossem liberados, trazendo um sentimento de purificação e leveza no próprio corpo.

Hoje em dia as artes como dança, música, cinema, entre outros, são as responsáveis por termos a liberação de tensão emocional presente no nosso corpo por causa dos estresses do dia-a-dia, por exemplo, ela proporciona sentimentos fortes e assim o alívio.

A catarse pode ser aplicada em várias áreas do conhecimento, entre elas a literatura, na educação, religião e até na medicina e psicologia.

Catarse na literatura: a literatura é uma arte de palavras e assim como a arte quando lemos alguma coisa as sensações que sentimos são provocadas pela catarse.

Catarse na educação: Para a educação quando os estudantes absorvem as ideias e sabem agir como cidadãos e aprender a refletir sobre suas práticas.

Catarse na medicina e psicologia: para psicologia a catarse está muito ligada a traumas, quando um paciente consegue superar algum trauma, ele faz uma libertação psíquica. Já na medicina a catarse está ligada ao sistema digestivo quando fazemos a evacuação.

OBJETIVO

Objetivo geral: O objetivo geral do projeto é compreender a importância da catarse, conforme a teoria aristotélica, durante a pandemia.

Objetivos específicos (se houver):

- Compreender o que é a catarse
- compreender a importância da catarse durante a pandemia
- Criar um questionário com perguntas objetivas sobre como a catarse
- pensar como as pessoas podem usar a arte para extravasar seus sentimentos

PROBLEMA E JUSTIFICATIVA

Na quarentena houve aumento nos casos de depressão e ansiedade, porém muitas pessoas acharam uma forma de amenizar esses sentimentos escutando uma música, assistindo um filme, cantando e dançando, isso se tornou uma forma de alívio. Devido a isso, questiona-se: qual a importância da catarse na manutenção da saúde mental das pessoas durante a pandemia?

MATERIAIS E MÉTODOS (ou Metodologia)

Esta é uma pesquisa bibliográfica, portanto, faz uso de sites, livros e artigos para fundamentar seu texto. A fim de cumprir os objetivos da pesquisa, primeiramente será estudado o conceito grego aristotélico de catarse, compreendendo como a arte pode ser usada para extravasar os sentimentos. Em seguida, será promovida uma reflexão sobre esse ato durante o período da pandemia, que se estende a mais de um ano. Nesse momento, o intuito é avaliar como a dança, a música, o desenho, a pintura, podem ser meios auxiliares de extravasar os sentimentos. Devido a isso, elaborou-se um de um questionário, contendo oito perguntas sobre como os participantes estão lidando com a ansiedade e angústia na pandemia, apresentando questões sentimentais e como as

peças conseguem relaxar, ficar com raiva, chorar e mostrar todos os tipos de sentimentos apenas vendo uma série ou escutando uma música, por exemplo.

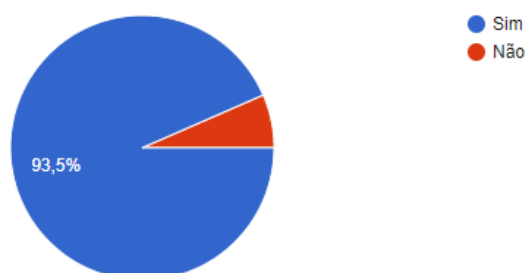
RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foi construído um gráfico e disponibilizado para os alunos do ensino fundamental e ensino médio do Colégio Interativa. O questionário produzido obteve 92 respostas, com respostas muito relevantes para o desenvolvimento do projeto:

Imagem 1: gráfico 1 do questionário

Com a pandemia, você acha que usou mais as artes (Filmes, música, pintura, etc...), do que antes da pandemia?

92 respostas



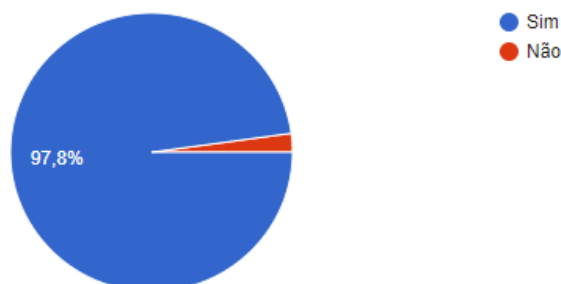
Fonte: próprio autor

A primeira pergunta foi sobre como a ansiedade aumentou na quarentena, pode-se perceber que 83,7% dos participantes colocaram que ficaram mais ansiosos na quarentena, o número chama muito a atenção já que de 92 respostas no questionário, 77 pessoas marcaram que se sentiram mais ansiosa na quarentena e apenas 15 pessoas não sentiram que sua ansiedade aumentou.

Imagem 2: gráfico 2 do questionário

Você assistiu muitas séries/ filmes e escutou muitas músicas na quarentena?

92 respostas



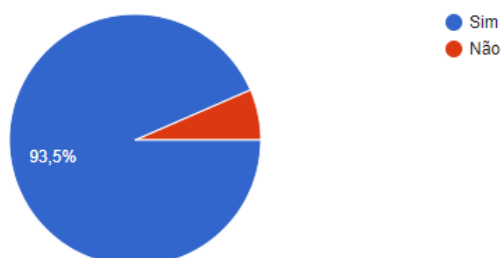
Fonte: próprio autor

A segunda pergunta que foi direcionada aos participantes foi relacionada ao entretenimento, pela quarentena ter aberto um pouco mais de tempo para os adolescentes a pergunta sobre o aumento do consumo de músicas, filmes e séries ter aumentado foi essencial, de 92 respostas 90 pessoas marcaram que houve sim o aumento do consumo desses meios de entretenimento ocasionando 97,8% no gráfico, porém apenas duas pessoas colocaram que não assistiram muitas séries e filmes nessa quarentena.

Imagem 3: gráfico 3 do questionário

Com a pandemia, você acha que usou mais as artes (Filmes, música, pintura, etc...), do que antes da pandemia?

92 respostas



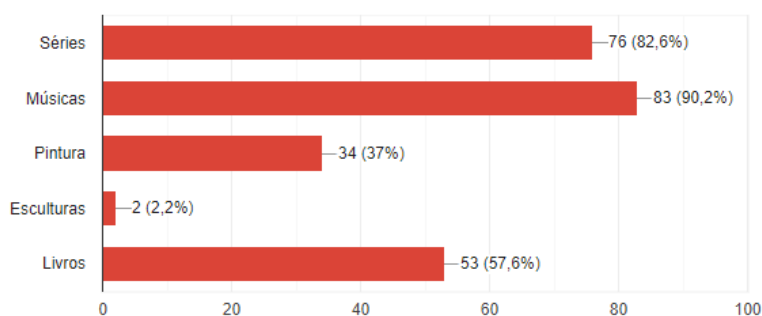
Fonte: próprio autor

Sabe-se que, antes da pandemia, muitas pessoas já usufruíram dos sistemas de stream e também dos programas em Tv aberta, filmes, músicas, séries, novelas, entre outros tipos de arte, porém com a pandemia e o resultado dos gráficos houve um aumento significativo do uso das artes, de 92 pessoas que participaram do formulário 86 pessoas (93.5%) marcaram que houve sim um grande aumento no uso de artes na pandemia.

Imagem 4: gráfico 4 do questionário

Que tipos de artes você usou para se distrair na quarentena?

92 respostas



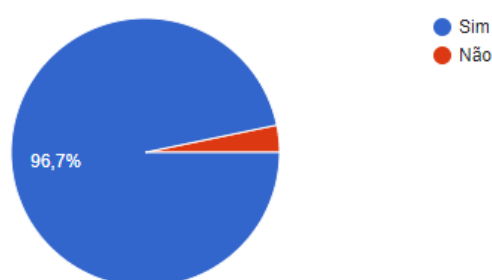
Fonte: próprio autor

Nesta pergunta foram colocadas vários tipos de artes, desde as mais comuns e acessíveis como filmes, séries e livros, até pouco praticados como pintura e esculturas, como esperado a maioria das pessoas optou pelas mais conhecidas e simples, isso mostra que todos podem acessar muitos meio artísticos e que foram muito recorridos na quarentena.

Imagem 5: gráfico 5 do questionário

Você acredita que a arte pode expor nossos sentimentos, fazendo com que a gente se sinta melhor?

92 respostas



Fonte: próprio autor

Com os resultados deste gráfico, 96,7%, ou seja, 89 participantes marcaram que conseguimos expor nossos sentimentos por meio das artes. Na sociedade sempre fomos ensinados que não podíamos demonstrar nossos sentimentos em público e que deveríamos ser fortes, o que nos restava a liberar nossos sentimentos por meio das artes, fazendo os resultados serem bem significativos, porém três pessoas marcaram que os expor nossos sentimentos não nos faz sentir bem.

Imagem 6: Respostas escritas do questionário

Como teria sido a quarentena sem nenhum tipo de arte? Ou seja, sem séries, músicas, entre outras formas de arte.

92 respostas

Fonte: próprio autor

Nessa pergunta os participantes precisavam escrever sobre como seria a quarentena sem nenhum tipo de arte, apareceram repetidas vezes frases como, tédio, chatisse e tristeza, porém algumas respostas chamaram bastante a atenção.

Imagem 7: Respostas escritas do questionário

Com certeza teria sido muito difícil, acredito que para todos. Isso porque ficamos muito tempo em casa, então ter algo para fazer durante esse tempo, sendo acompanhado ou sozinho, ajuda muito a se acalmar? principalmente quando se fica estressada. Sempre utilizei muito as artes, porém meu amor pelo cinema e pelos livros aumentou durante esse tempo de isolamento, onde eu pude assistir mais filmes e prestar mais atenção no que realmente eles queriam passar de ensinamento. Não sei como teria conseguido passar o meu tempo sem as artes.

Fonte: próprio autor

Imagem 8: Respostas escritas do questionário

Teria sido, em parte tediosa, considerando que a maior parte do tempo usamos a internet, seja para lazer ou trabalho. Eu não conseguiria viver sem música, fico grande parte do dia escutando-as, seja após as aulas, na realização de tarefas (tanto domésticas quanto escolares), ou para dormir e relaxar. Em relação aos filmes e séries, assisto diariamente, e na quarentena ainda mais, explorei gêneros diferentes, como o terror, e até animes (algo que eu não teria me aventurado se a quarentena não estivesse acontecendo).

Fonte: próprio autor

Imagem 9: Respostas escritas do questionário

Eu acho que a quarentena teria sido um tédio, pois quando vejo series/filmes, escuto musicas, desenho ou leio algum livro, eu me distraio e o tempo passa voando, então acho que se não tivesse essas atividades eu ficaria sem fazer quase nada o dia todo.

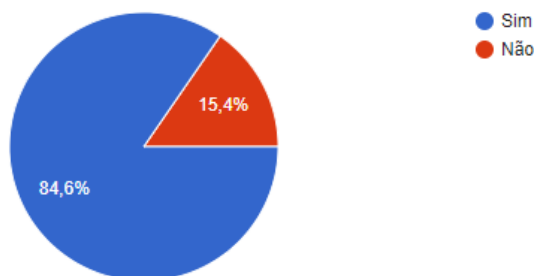
Fonte: próprio autor

As respostas foram bem parecidas, transmitindo o mesmo sentimento de tristeza e angústia sem as artes. Elas estão tão presentes em nossa vida que sem elas não saberíamos como viver.

Imagem 10: gráfico 10 do questionário

Com a pandemia muitas pessoas adquiriram novos hábitos, como por exemplo aprenderam a pintar, dançar, desenhar, cozinhar. Você aprendeu ou aperfeiçoou alguma atividade ligada a arte?

91 respostas



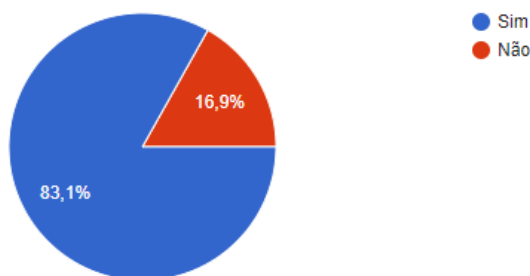
Fonte: próprio autor

A pergunta acima se refere aos novos hábitos que adquirimos durante a quarentena, antes de existir a pandemia tínhamos muitos hábitos diferentes do que temos hoje e por isso essa pergunta é essencial para a pesquisa, 77 pessoas afirmaram que aprenderam e aperfeiçoaram técnicas na quarentena, porém 14 pessoas colocaram que não aprenderam e nem aperfeiçoaram técnicas.

Imagem 11: gráfico 11 do questionário

No caso de ter tido mais contato com a arte, quando a pandemia acabar você pretende continuar desenvolvendo essa forma de arte?

89 respostas



Fonte: próprio autor

A última pergunta do questionário era relacionado a novas habilidades e técnicas adquiridas na quarentena, com as artes aprendemos muitas coisas e aperfeiçoamos o que já sabemos, com o tempo livre começamos novas atividades e com o tempo fomos adquirindo novas técnicas, como é possível ver nos resultados acima que os participantes usaram muito as artes na pandemia e com isso muitos deles (83,1%) querem aperfeiçoar e continuar praticando as novas descobertas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto conseguiu atingir a maioria dos objetivos, entre eles compreender o que é a catarse e como ela foi importante na pandemia, sobretudo, por meio da criação e aplicação dos questionários. Todavia, ainda não foi possível investigar as formas de como usar a arte para extravasar seus sentimentos por meio da arte. Como consequência, o projeto abriu novas ideias que serão adicionadas no próximo ano, tais como as redes sociais e plataformas de stream, que tiveram sua audiência e popularidade aumentarem muito na pandemia. Devido a isso, é possível dar continuidade ao projeto analisando de

que modo essas mídias podem ajudar a extravasar os sentimentos de forma segura, tal como previa a teoria de catarse aristotélica.

REFERÊNCIAS

DIANA, Daniela, **O que é catarse?**. Disponível em: <<https://www.todamateria.com.br>>. Acesso em 09/04/2021.

ESTUDANTE, Guia do. **ARISTÓTELES**. 16 de agosto de 2017. Disponível em: <<https://guiadoestudante.abril.com.br/especiais/aristoteles/>>. Acesso em 13 de março de 2021.

JC, Redação. 09 de julho de 2020. Disponível em: <<http://www.jornaldocampus.usp.br/index.php/2020/07/como-e-manter-a-arte-viva-em-meio-a-uma-pandemia/>>. Acesso em 27 de agosto de 2021.

PORFÍRIO, Francisco. **"Aristóteles"**; *Brasil Escola*. Disponível em: <<https://brasilecola.uol.com.br/filosofia/aristoteles.htm>>. Acesso em 05 de março de 2021.