

Filmes tristes deixam as pessoas mais felizes, diz estudo

Estudo americano sugere que dramas alegram os humanos porque os deixam gratos por seus próprios relacionamentos

Assistir a filmes tristes traz felicidade, segundo pesquisa da Universidade do Estado de Ohio, Estados Unidos, publicada na última edição do periódico *Communication Research*. De acordo com os cientistas, isso acontece porque a tragédia nas telas chama a atenção para aspectos positivos da vida do espectador.

"Histórias trágicas geralmente abordam temas como amor eterno, e isso leva os espectadores a pensarem sobre seus próprios entes queridos", diz Silvia Knobloch-Westerwick, principal autora do estudo. Quanto mais as pessoas se lembram de seus amados ao assistirem a esses filmes, maior é a felicidade.

A pesquisa envolveu 361 estudantes universitários que assistiram a uma versão resumida do filme *Desejo e Reparação*, de 2007. Antes e depois da exibição do vídeo, os participantes tiveram que responder a várias perguntas que mediam o quanto eles estavam felizes com a sua vida. Também tiveram que dizer, antes, depois e três vezes durante o filme, em que grau eles sentiam determinadas emoções naquele momento, incluindo a tristeza.

Ao final de tudo, os estudantes tiveram que classificar o quanto gostaram do filme e escrever sobre como o vídeo os havia levado a refletir sobre eles mesmos, seus objetivos, seus relacionamentos e a vida em geral. "O que as pessoas escreveram como resultado do filme foi a chave para entender porque os indivíduos gostam de ver filmes dramáticos", diz Knobloch-Westerwick.

Segundo a pesquisadora, os participantes que demonstraram uma tristeza crescente enquanto assistiam ao vídeo foram mais propensos a escrever sobre pessoas reais com quem eles haviam tido algum tipo de relacionamento íntimo. Isso, por sua vez, aumentou a felicidade desses participantes após a exibição. "As pessoas parecem usar dramas como uma forma de refletir sobre os relacionamentos importantes de sua própria vida. Isso pode ajudar a explicar porque filmes tristes são tão populares, apesar da tristeza que induzem momentaneamente", conta ela.

Os cientistas também testaram a teoria de que os indivíduos se sentem mais felizes após um filme dramático porque eles comparam os personagens retratados a si próprios – e se sentem bem com isso, já que suas vidas não são tão ruins. Mas esta afirmação não é válida. Os participantes que declararam pensar sobre si mesmos depois do filme, em vez de refletir sobre seus amados, não se mostraram mais felizes. Ou seja, "tragédias não aumentam a felicidade por fazerem os espectadores pensarem em si, mas sim porque ajudam essas pessoas a dar mais valor a seus próprios relacionamentos", explica a pesquisadora.

Mas por que é preciso ficar triste por ver uma história trágica para poder se sentir grato por seus relacionamentos? Segundo Knobloch-Westerwick, emoções negativas tornam as pessoas mais pensativas. "As emoções positivas são geralmente um sinal de que está tudo bem, você não precisa se preocupar, nem pensar sobre as questões da vida. Mas as emoções negativas, como a tristeza, fazem você pensar mais criticamente sobre a sua situação", conta. A pesquisa afirma ainda que os relacionamentos são, em geral, a principal fonte de felicidade na vida dos seres humanos, por isso pensar sobre eles deixam as pessoas mais felizes.

Fonte: Veja, 27 mar. 2012. Disponível em: < <http://veja.abril.com.br>>. Acesso em: 28 mar. 2012. On-line.