

**CENTRO PAULA SOUZA**

**Etec DE HORTOLÂNDIA**

**Ensino Médio Integrado ao Técnico em Desenvolvimento de Sistemas**

**Gustavo Severo de Oliveira**

**Renato Bonini Nunes Neto**

**Guilherme Nascimento Alves**

**The Way – Um caminho na busca de sentido**

**Hortolândia**

**2023**

Gustavo Severo de Oliveira

Renato Bonini Nunes Neto

Guilherme Nascimento Alves

The Way – Um caminho na busca de sentido

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso Técnico em Ensino Médio Integrado ao Técnico em Desenvolvimento de Sistemas em 2023 da Etec de Hortolândia, orientado pelo Prof. Priscila Batista Martins como requisito parcial para obtenção do título de técnico em informática.

Hortolândia

2023

## SUMÁRIO

RESUMO .....	4
INTRODUÇÃO .....	5
DESENVOLVIMENTO .....	6
SITUAÇÃO-PROBLEMA .....	7
JUSTIFICATIVA .....	8
HIPÓTESES.....	9
O QUE É A FILOSOFIA?.....	10
A DETURPAÇÃO DA FILOSOFIA.....	11
OBJETIVOS E METAS.....	12
METODOLOGIA.....	13
FERRAMENTAS.....	14
PESQUISA COM ESPECIALISTA.....	15
PRINCIPAIS RESULTADOS .....	16
TELAS.....	20
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	21
REFERÊNCIAS.....	22

## RESUMO

Antes de começarmos a falar sobre filosofia, é importante abordar um assunto que afeta a vida de muitas pessoas. De acordo com estatísticas, mais de 300 milhões de indivíduos em todo o mundo sofrem de depressão, independentemente da idade. Essas pessoas enfrentam um profundo estado de desespero, sentindo-se perdidas e sem propósito na vida. É essencial compreender a gravidade desse problema e buscar maneiras de ajudar aqueles que estão passando por essa situação.

Eu, que vos escrevo, passei por esse momento e durante muito tempo não vi motivo para continuar. Me senti sozinho em um quarto vazio, onde, assim como Gregor Samsa em "Metamorfose" do autor Kafka, não consegui sequer sair da minha cama.

E como encontrei sentido nisso tudo? Recorri à filosofia, mais especificamente às filosofias práticas, como o estoicismo e muitas das abordagens de Nietzsche sobre o amor-fati. Com isso, comecei a enxergar uma luz no fim do túnel e aprendi a ver a vida por uma perspectiva diferente.

Com este site, pretendo compartilhar a filosofia como um meio de encontrar beleza na vida, ou melhor, de desejar estar vivo.

## INTRODUÇÃO

Visto a falta de sentido presente nas pessoas com depressão, é proposto a criação, por meio de nosso projeto, um site que possa guiar e ajudar aqueles que enfrentam essa dificuldade.

Além da desesperança, outro aspecto relevante para a compreensão da depressão é a sensação de falta de sentido na vida ou de vazio existencial, construído este que assume um papel importante nesse transtorno. E logo, nosso site buscará por meio de estudos filosóficos combater essa manifestação de mal-estar e tratá-la com compreensão e respeito ao trabalhar com as filosofias que abordaremos em nosso site. Pelo nosso projeto está ligado a saúde mental nosso público alvo será de pessoas jovens e adultos, pois é mais comum se manifestarem nessa idade.

Nosso projeto então se baseia num sistema web informacional com foco nas filosofias focadas em desenvolvimento pessoal, para então buscar trazer uma melhora na saúde mental de nosso público alvo: pessoas com interesse em filosofia, pessoas com depressão, ansiedade entre outros problemas, também focando especialmente na faixa etária de adolescentes e jovens adultos.

## **DESENVOLVIMENTO**

Embora a questão do sentido seja essencial para a proteção e a promoção da saúde (Frankl, 2009), constata-se que o vazio existencial vem se sobressaindo e, por conseguinte, tornando o ser humano vulnerável a transtornos afetivos. Martínez Ortiz e colaboradores (2015) apontam que a percepção de sentido na vida se encontra restrita em todos os tipos de depressões, seja pelas originais do psíquico, do biológico ou mesmo de questões existenciais, como a falta de um para quem viver.

Segundo Frankl (2015), a dúvida em relação ao sentido na vida poderia desempenhar um papel importante no estabelecimento e na manutenção de um quadro depressivo. Assim identifica-se que os sintomas depressivos decorrentes das questões existenciais podem se manifestar quando há uma dificuldade interna em perceber possibilidades de sentido no campo perceptivo do indivíduo (presente e futuro) e quando a vida, de forma geral, é avaliada sem conteúdo significativo (Jung 1987; Frankl, 1989; May, 1991).

O quadro depressivo se agrava quando não se percebe um sentido do futuro, a pessoa deixa de responder ao presente de forma significativa, o que agrava e reforça a sensação de falta de sentido (Lukas, 1990). Assim Frankl (2009) aponta o "vazio existencial" como uma nova demanda na contemporaneidade que é manifestada pelo nihilismo privado, quando há um sentimento de vazio decorrente de uma perda de valores existenciais.”

Ao buscar mos sites que entrasse m dentro da área de filosofia, especial mente da área de desenvol vi ment o pessoal e filosofia voltada a sentido (de vida), acaba mos por achar resultados insatisfat óri os com os sites existentes, cai ndo e m nor mal mente dois ca mi nhos insatisfat óri os pri nci pais: acabava m por ter uma language m de difícil compreensão ao público, mas era m be m i nfor mados, ou tinha m language m de fácil compreensão, mas carecia de fontes, argu ment os e ori gens confi áveis. Em nossa busca, não acha mos quais quer sites que conseguisse mentrar no padrão de tant o ser de fácil compreensão quant o confi ável e m suas i nfor mações. Logo, deci di mos fazer nosso site vendo essa falta na área de aut odesenvol vi ment o pessoal com foco e m filosofia tal como absurdis mo e zen-budis mo.

Proporcionar e possibilitar o estudo da filosofia através de um tipo específico de filosofias voltada a busca de sentido para a melhora individual daqueles que necessitam mas também aos curiosos com fontes confiáveis e de fácil compreensão.



## **HIPÓTESES**

Com um site focado em buscar a compreensão melhor da filosofia focada em auto desenvolvimento e auto compreensão, acabaremos por gerar uma fonte de informações confiáveis e úteis para com esse objetivo, visando melhorar a saúde mental e curiosidade de nossos usuários.

## O QUE É A FILOSOFIA?

Do ponto de vista etimológico, o termo "filosofia" denota o amor pela sabedoria, caracterizando o filósofo como aquele que cultiva a amizade ou paixão pelo conhecimento. Enquanto disciplina, a filosofia teve sua origem na Grécia, durante os séculos VI e V a.C., introduzindo uma abordagem inovadora para compreender e explorar o mundo. Em certo sentido, pode-se afirmar que os gregos foram os pioneiros na concepção da razão, conforme a entendemos hoje, implicando na criação de novas ferramentas para desvelar a realidade. Dentro do nosso TCC, buscamos focar no aspecto de autoconhecimento e bem-estar desse estudo sobre a realidade e suas perspectivas, como de filosofias tal como o absurdismo, existencialismo e zenbudismo, filosofias que tem certo foco em comum com nosso objetivo do TCC. Visto como filosofia é um assunto tão abrangente e com tantas formas de expressão, o nosso sistema web visa trazer uma forma de aprendizado dela mais compatível com nossa juventude tão ligada a internet. Com essa visão em mente, reconhecemos também os perigos que o excesso uso da internet pode ter a mente do seus usuários, logo nosso site também busca mitigar isso incentivando o ensino e busca pela filosofia, cujo aprendizado pode ajudar imensamente com a saúde mental de seus alunos.

## A DETURPAÇÃO DA FILOSOFIA

É visto hoje que em diversas redes sociais e meios de comunicação que diversas filosofias acaba m por ser mal interpretadas pela velocidade de informação e busca por engajamento e posts e publicações.

Dando um exemplo em contextos anteriores ao potencial de disseminação das redes sociais, o filósofo alemão, que morreu em 1900, não endossou nem manteve os ideais nazistas. Pelo contrário, Nietzsche criticou fervorosamente o nacionalismo alemão de sua época e rejeitou a ideia de uma superioridade racial. No entanto, após sua morte, suas obras foram apropriadas e manipuladas pelos nazistas para justificar suas políticas.

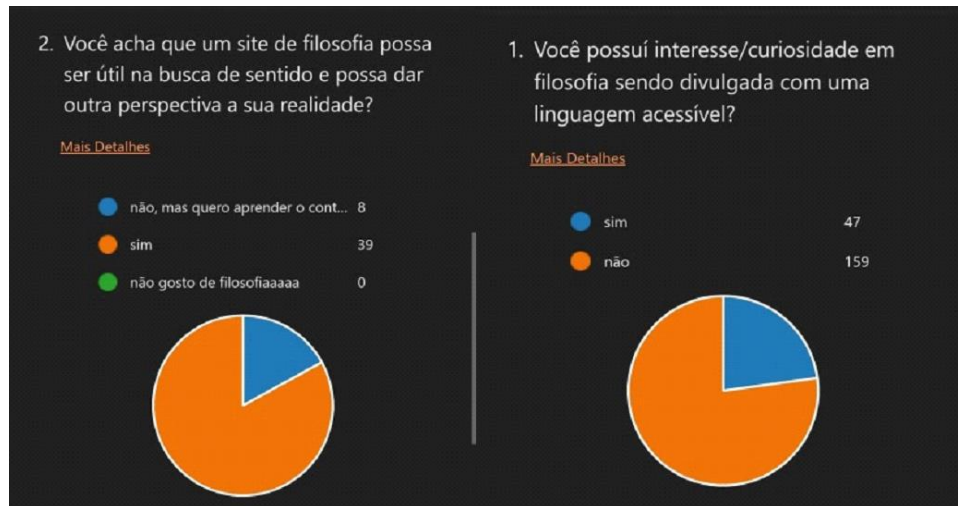
O fenômeno de mal-entendidos em redes sociais pode ser explicado pela disseminação seletiva de trechos de obras filosóficas, muitas vezes fora de contexto, criando uma imagem distorcida do pensamento do autor. O compartilhamento rápido e sem reflexão profunda pode levar a uma interpretação superficial e equivocada das ideias filosóficas, resultando em conclusões errôneas sobre o que um filósofo realmente defendia.

Portanto, ao abordar filosofias em ambientes digitais, iremos levar em consideração o contexto, a totalidade das obras e evitar a simplificação excessiva, para promover uma compreensão mais precisa e fiel das complexidades filosóficas em nosso site.

Trazer um conteúdo que é acessível às massas de forma mais compreensível, e mantendo um modelo rigoroso de fontes e confiabilidade como intuito de não cair nos erros de entregar e interpretar de forma errônea filosofias complexas com excessiva simplificação. Com um foco em transmitir esse conteúdo, nós buscamos entregar um conteúdo que busca trazer um auto desenvolvimento com foco filosófico aos nossos usuários.

Foram utilizados pesquisa de artigos científicos-argumentativos, livros da área, softwares que abordasse o tema de filosofia, e conteúdo relacionado a forma de programar o software em si.

Estes foram os resultados das pesquisas de campo:



## **FERRAMENTAS**

Front feito em React

Back feito em Node.js e Mongo DB

Banco de dados não relacional ( Mongo)

## **PESQUISA COM ESPECIALISTA**

Quando feita a pergunta “Quais ferramentas psicológicas podem ser usadas no site para ajudar os usuários no controle do estresse, ansiedade ou bloqueios emocionais que possam surgir durante o aprendizado?”, uma psicóloga especialista respondeu:

“Você se refere a um site específico ou à internet em geral?”

Se está se referindo à terapia online, há várias possibilidades de manejo de estresse, ansiedade ou bloqueios emocionais.

Estresse, ansiedade e bloqueios emocionais são respostas corporais de sobrevivência ante uma situação de potencial ameaça à integridade física e psicológica da pessoa. O sistema nervoso detecta algum “perigo” no ambiente e se prepara para responder. Mudanças acontecem no corpo: a respiração pode ficar ofegante, o coração pode acelerar, os braços e pernas podem ficar paralisados, as mãos podem suar, dá um “branco” na mente...

As técnicas de autorregulação emocional, que podem ser trabalhadas por meio da Internet podem ajudar a identificar as sensações corporais e construir um lugar seguro dentro si.

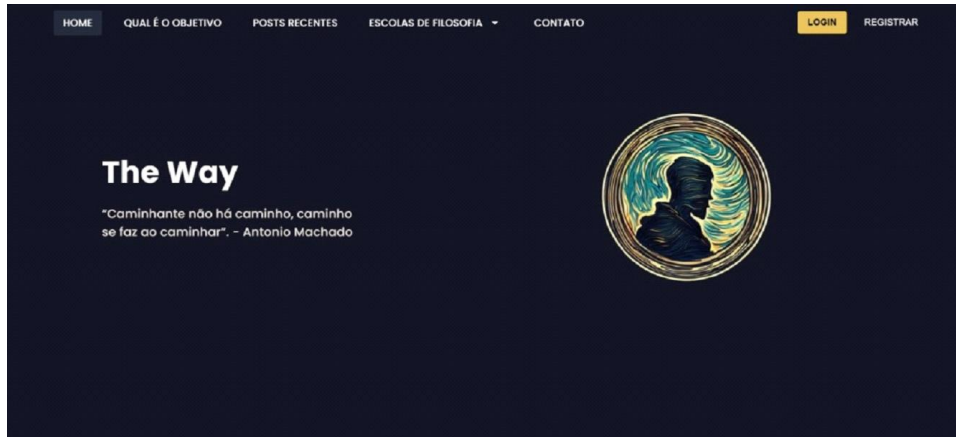
Sua filosofia faz refletir, discernir, questionar. Coloca as pessoas como autoras da própria vida, permitindo que elas façam escolhas conscientes e produza sentido de vida.”

Psicóloga: Dra. Ana Karina

## **PRINCIPAIS RESULTADOS**

MER

Nosso site tem como proposta ser acessível a todos, portanto, não achamos necessária a necessidade de uma tela de cadastro e login. Sites como: Wikipédia e O Estóico. São informativos, e ambos não precisam de login, pois a ideia é passar o conteúdo a todos.



(está é a tela inicial onde poder ir nas escolas filosóficas ver sobre cada pensamento filosófico e na direita está a forma de entrar ou cadastrar a conta de administrador)

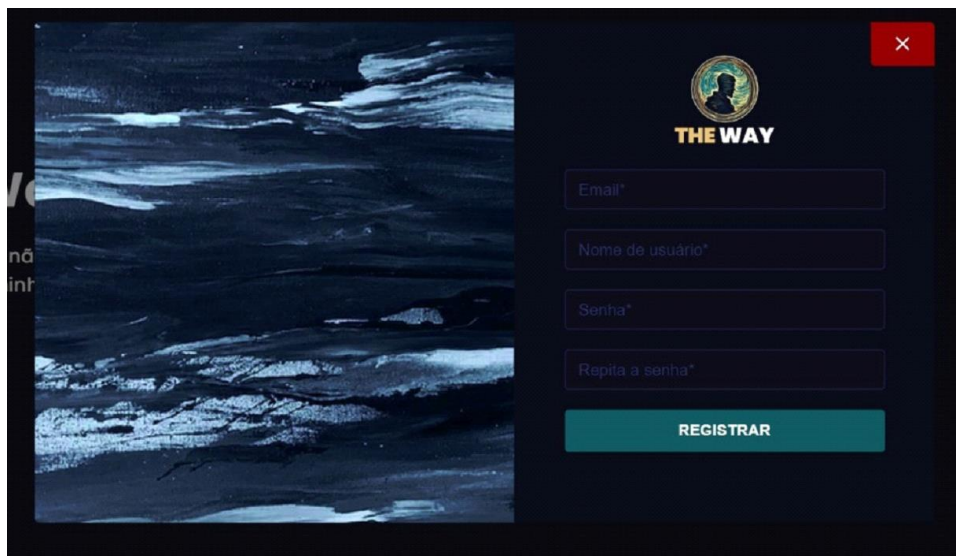


(As escolas filosóficas disponíveis no momento)

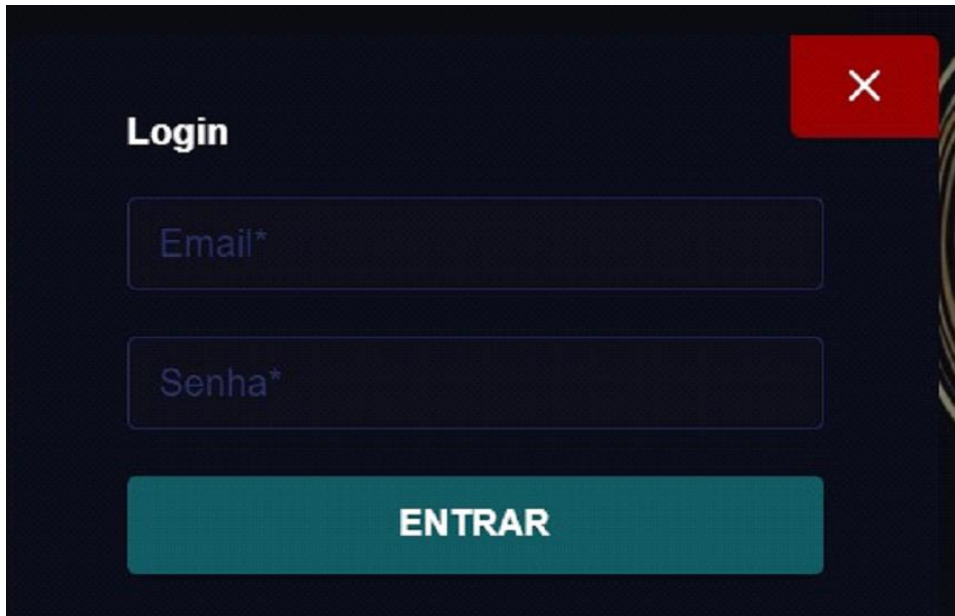




(página que mostra os posts recentes e os textos adicionados no site)



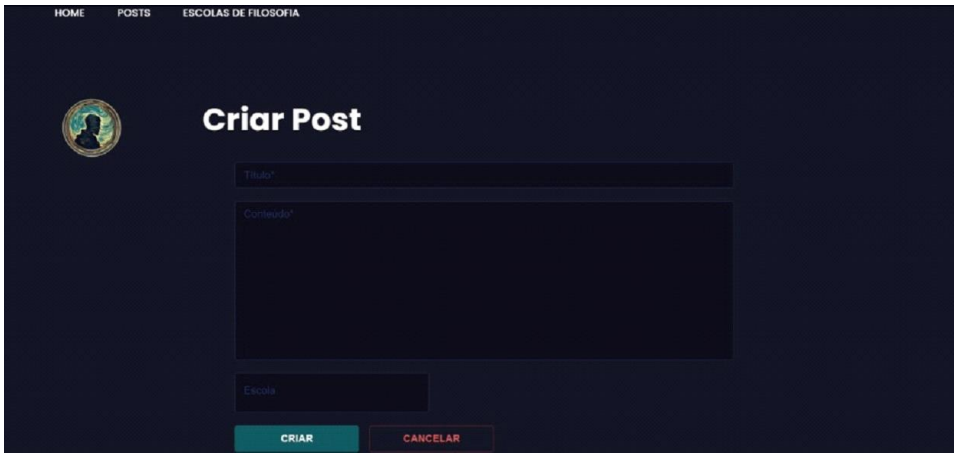
(parte de registro e criação de uma conta de administrador)



(parte de login para acessar a conta já criada)

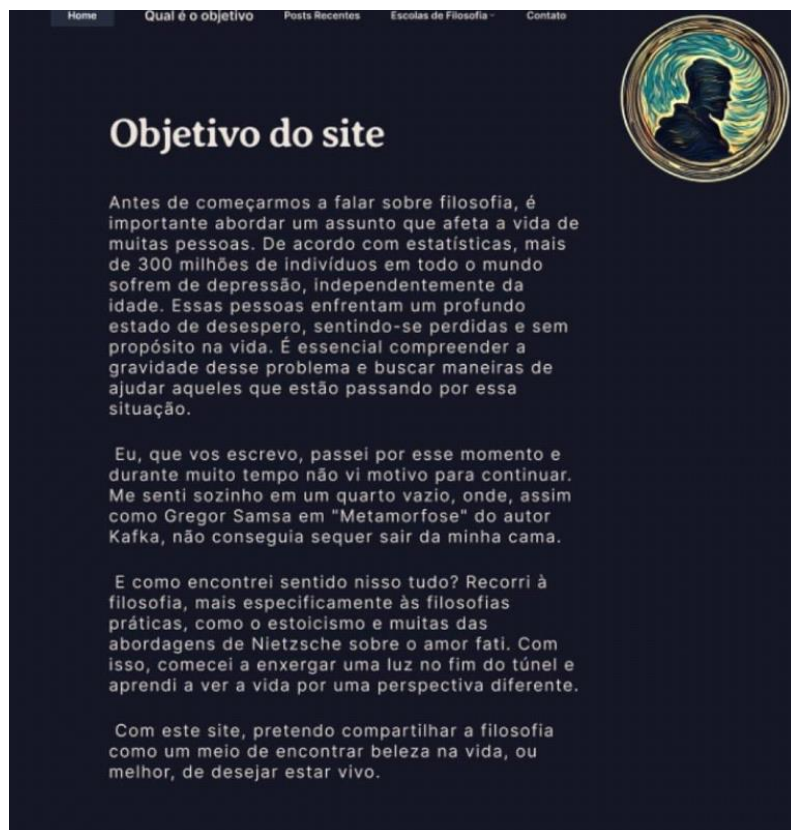
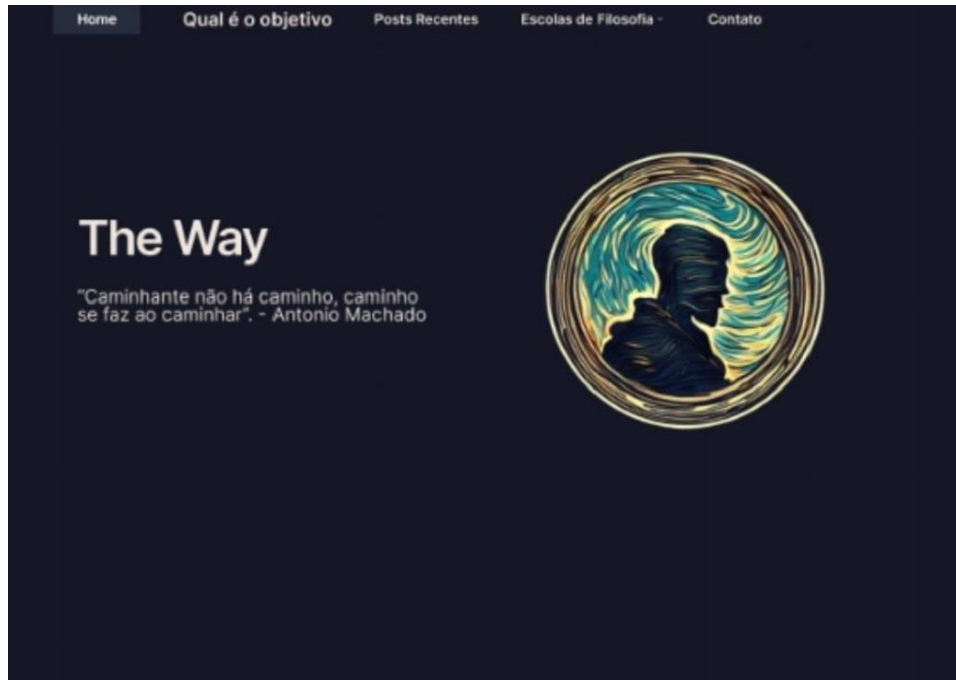


(tela principal ao acessar a conta administrativa)



(parte onde o administrador consegue adicionar conteúdo ao site)

## TELAS



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por fim vemos que a busca por conhecimento filosófico nos tempos atuais acaba por ser um caminho incerto, com imensa quantidade de desinformação e redução excessiva de ideias, para entrar no formato de conteúdo digital, e acaba por falhar em trazer de fato conteúdo e sua verdadeira magnitude. Nosso site buscará mediar essa sede de conteúdo confiável, e logo ajudar com a saúde mental e auto desenvolvimento de nossos usuários.

## REFERÊNCIAS

AQUINO, Thiago Antônio Avellar de; DARA, Dany Mônica Batista; SIMEAO, Shirley de Souza Silva. Depressão, percepção ontológica do tempo e sentido da vida, Viktor Frankl. *Rev. bras. ter. cogn.*, Rio de Janeiro, v. 12, n. 1, p. 35-41, jun. 2016. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872016000100006&lng=pt&nr=1](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872016000100006&lng=pt&nr=1)>. Acesso em 07 nov. 2023. <http://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20160006>.

MONTI NARI, Mizzi no. "Interpretações nazistas." *CADERNOS Nietzsche* 7 (1999): 55-77. <<https://periodicos.unifesp.br/index.php/cni/article/download/7888/5428>> acesso em 4 nov. 2023.

ABBAGNANO, Nicola. *Dicionário de Filosofia*. Quarta edição. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

SCHÖPKE, Regina. *Dicionário filosófico: conceitos fundamentais* / Regina Schöpke. Primeira edição. São Paulo: Martins Fontes – selo Martins, 2010.