

Bibliotekarstudentens nettleksikon om litteratur og medier

Av Helge Ridderstrøm (førsteamanuensis ved OsloMet – storbyuniversitetet)

Sist oppdatert 09.12.20

Katarsis

Fra gresk: “renselse”. Skrives også “katharsis”. I verket *Poetikken* hevder den greske filosofen Aristoteles at vellykkete tragedier renser tilskuernes følelser. Det dreier seg altså om en slags terapi via skuespillene. Aristoteles bruker begrepet om den tilstanden publikum skal oppnå i møte med tragedien, gjennom å identifisere seg med personene og deres skjebne i handlingen. Seeren kan føle seg selv fri ved å se fiktive, ufrie personer gå til grunne. Vår egen frihet oppleves i kontrast til tragediepersonenes ufrihet.

Det dreier seg om en slags psyko-hygienisk effekt, en “sjelehygiene” (Henckmann og Lotter 1992 s. 117) som gir “affektiv avreagering” (s. 117). (Det fungerer som å spyle ut skitt for å rense vannrørene.) Å se en tragedie på scenen får de vonde følelsene fram og ut, og slik renses sjelen. Diktningen utløser en prosess. Gjennom katarsis tøyles eller hemmes krefter i mennesket som ellers kunne ledet til direkte konfrontasjon og konflikt (Sayre 2011 s. 122-123). Dessuten fører kunst-“nytelsen” til sterke emosjoner som får oss til å se problemene i hverdagen i nytt lys, og som relativt mindre enn de var tidligere.

“[K]atharsis, (gr. ‘renselse’), på græsk brugt i både religiøs og medicinsk sammenhæng; som begreb er det navnlig kendt gennem Aristoteles’ *Poetik*. Ifølge Aristoteles er det en tragedies æstetiske særkende, at den ved at fremkalde medlidenhed og frygt hos tilskueren fuldbyrder en renselse for (eller af) følelser af denne art. Aristoteles uddyber ikke nøjere, men meningen er formentlig, at den æstetiske oplevelse består i en lutring af de nævnte følelser gennem den dramatiske konflikts stramning og løsning. Katharsis er sikkert ment som en rent æstetisk kategori, men er i senere europæisk kultur ofte blevet tolket moralsk, fx af Pierre Corneille i 1600-t. og G. E. Lessing i 1700-t. Inden for psykoterapi er begrebet anvendt af Josef Breuer og Sigmund Freud om en metode, hvor helbredelse opnås ved at lade patienten afreagere sine indeklemte affekter, i reglen under hypnose. Freud forlod katharsismetoden før 1900, da han skabte den egentlige psykoanalytiske behandlingsmetode.” (<http://www.denstoredanske.dk/>; lesedato 04.09.13)

Mellom tilskueren/leseren og den lidelsen som verket framstiller, befinner det seg en litterær form. Denne formen gir en lindrende erkjennelse. Seerens eller leserens “emotional release” innebærer at sterke følelser får utløp på en skjult og harmløs

måte (Lowery og DeFleur 1995 s. 107). Katarsis gir “sjelelig stabilisering” (<http://filmlexikon.uni-kiel.de/>; lesedato 12.09.13) Menneskene blir fri fra frykt og andre tyngende sjelstilstander. Samuel Henry Butcher skrev om katarsis i *Aristotle's Theory of Poetry and Fine Art* (1895), og hans oppfatning har blitt tolket som at “tragedy could, we may say, ‘exorcise’.” (Leech 1969 s. 47)

“Opprinnelig var “katarsis” en egenskap ved mytisk-religiøse kulthandlinger for innvielse og renselse; deretter en medisinsk prosess for å utskille skadelige stoffer fra kroppen; til slutt en kvalitet ved den platoniske fornuft som skal befri mennesker “fra lyster og engstelser”.” (Grimming 1990 s. 199)

“*Expurgation of emotion, catharsis*, has never been convincingly explained: it might induce release of pent-up energy in the spectator, thus allowing for a more reasonable approach to crisis in real life.” (Secretan 1973 s. 13)

I renessansen ble katarsis oppfattet som en befrielse fra laster/synder (Arnold og Sinemus 1983 s. 120).

“Den katarsiske forløsning bliver en forløsning i sorgen, tårerne, som de moderne tragedier skal kæmpe så hårdt med at repræsentere, men også en forløsning, der forudsætter at tilskueren ikke blot kastes tilbage på sig selv og sin egen afmagt, men også ser sig som del af en større helhed, et skæbnefællesskab, og ser tragedien som på én gang et billede og en virkelighed.” (Richard 2010)

“I hvert ett guttebarn ligger, mener Freud, drømmen om å forene seg med sin mor og ta livet av sin far (“Oidipuskomplekset”), og i hvert et pikebarn ligger omvendt drømmen om å forene seg med sin far og ta livet av sin mor (“Elektrikomplekset”). Vi gjør det bare ikke. Den greske tragedie gjør det for oss – på scenen. Den renser oss fra det.” (Egil A. Wyller i *Aftenposten* 16. september 1992 s. 18)

I engelske oversettelser av *Poetikken* er både “purgation”, “purification” og “clarification” relevante oversettelsestermer for “katarsis”. En distinksjon i forståelsen av hva katarsis innebar for de gamle grekerne, er å skille mellom to muligheter: katarsis var en renselse *av* følelser, eller katarsis var en renselse *fra* følelser (Brandell 1967 s. 52). Katarsis var for Aristoteles en moralsk funksjon (Mathé og Couprie 1988 s. 57). Han oppfattet det som en “virknings-psykologisk” effekt eller “psykoterapeutisk” prosess som renser sjelelige opphisselsestilstander (<http://filmlexikon.uni-kiel.de/>; lesedato 12.09.13). Det er en affektutladning som gir lystfølelse (gresk *hedone*) (<http://filmlexikon.uni-kiel.de/>; lesedato 12.09.13). Ordet har også blitt oppfattet som synonymt med “å bli klar over”, nesten som en åpenbaring.

Katarsis var for Aristoteles en eksistensiell funksjon, der “renselsen” ga jeg’et en mulighet til å gjenopprette sin kontroll over de følelsene som dramaet på en

voldsom måte hadde omskaket for å skape mulighet for “avreagering” (Nøjgaard 1993 s. 51).

Det har blitt hevdet at det ikke er spesielle hendelser i et verk som har en katarsis-effekt, men hele den litterære strukturen i verket (Sayre 2011 s. 126). “The catharsis that we are looking for is the ultimate illumination which shall turn a painful story into a profound and moving experience. It has been suggested by professor Ellis-Fermor that the catharsis of plays like the *Tyrannus* [av Sofokles] and *Macbeth* [av Shakespeare] lies in the perfection of their form, which, by implication, represents the forces of righteousness and beneficence, of which Aeschylus speaks” (Kitto 1986 s. 142).

“Aristoteles bruker begrebet i sin definition af tragedien i begyndelsen af kap. 6: ‘Tragedien fremstiller handlinger, der er alvorlige, fuldkomne og af et vist omfang (...) idet den fremkalder frygt og medlidenhed og skaber renselse af den slags følelser’ (1449, b, 23-28). I betragtning af, at han kun nævner begrebet denne ene gang (bortset fra omtalen af et konkret renselsesritual), må K bestemmes i forhold til værkets helhedsudsagn: tragediens velkomponerede handlingsforløb bibringer [...] erkendelse af, at heltens ufortjente ulykke kunne ske for enhver, og fremkalder dermed en voldsom følelse af frygt og medlidenhed hos publikum. Den smertefulde oplevelse renses m.a.o. følelsen, idet den bevirker en overskridelse af den individuelle begrænsning og giver dermed den klare, intellektuelle indsigt i et hidtil fremmed, ukendt og dog alment forhold. Aristoteles berører også K, hvor han anfører, at en særlig form for musik kan rense sindet for uønskede følelser og medføre en behagelig lettelse (*Politikken* 1341, b, 32ff.). Men det er værd at bemærke, at han her beskæftiger sig med K ud fra en politisk vurdering af musikkens hensigtsmæssighed i opdragelsen, mens han i *Poetikken* beskæftiger sig med den erkendelse, som opstår af tragediens æstetiske virkning.” (<http://www.denstoredanske.dk/>; lesedato 04.09.13)

Aristoteles skriver om tragediesjangeren: “En tragedie er en etterligning av en seriøs og avsluttet handling av et visst omfang, i et språk som er krydret med forskjellige slags tilsetninger i de forskjellige delene hver for seg, i dramatisk og ikke fortellende form; ved den medynk og skrekk som etterligningen fremkaller, fører den fram til en renselse av den slags sinnstilstander” (2008 s. lxi). I den greske originalteksten av *Poetikken* sies alt dette “i et åndedrag, så den resulterende renselsen fremstår som en integrert del av helheten. Akkurat renselsen sier Aristoteles ikke noe mer om, mens “skrekk og medynk” i forskjellige former og varianter går igjen som et kort omkved i de følgende kapitlene” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. lxii).

“Tragisk *mimēsis* fører per definisjon gjennom medynk og skrekk til en renselse (*katharsis*) fra den slags sinnsbevegelser. Litt hjelp til å forstå hva denne renselsen går ut på, kan vi få i *Politikken*, der Aristoteles kommer inn på *katharsis* når han drøfter musikkens plass i ungdommens utdanning. Han holder seg til et skille som

“visse filosofer” har innført mellom melodier som er karakterbyggende, melodier som egger til handling og ekstatiske melodier. [...] Så sier han: [...] “Vi mener imidlertid at vi ikke skal benytte musikken for ett formål bare, men for flere. Den skal ha en plass i utdannelsen; den skal bringe renselse (jeg sier “renselse” her uten å presisere begrepet; vi kommer tilbake til det mer utførlig når jeg behandler diktekunsten) [...] Den sterke følelsesopplevelsen som rammer enkelte sjeler voldsomt, den finnes i alle sjeler i mindre eller sterkere grad, som for eksempel medlidenhet og frykt, eller ekstase. Noen kan faktisk bli besatt under påvirkningen av denne sinnsbevegelsen, og vi kan se at når slike mennesker har lyttet til melodier som setter sjelen i en tilstand av ekstase, faller de til ro igjen ved hjelp av de hellige melodiene, som om de har funnet helbredelse og renselse. Det samme må nødvendigvis også de blir utsatt for som føler medlidenhet og frykt, som i det hele tatt er emosjonelt anlagt, og andre i den grad den enkelte er utsatt for slike opplevelser. Alle vil da på en måte gjennomgå en renselse og en lettelse ledsaget av glede. På lignende vis gir også de rensende melodiene menneskene en uskyldig glede.” (Fra *Politikken* 8.7; Tormod Eides oversettelse)” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. xlv- xlvi).

“Det er rimelig å forstå den renselsen som Aristoteles her forestiller seg, som en metafor fra medisinen og fysiologiens område. Han snakker om “en renselse og en lettelse ledsaget av glede”, eller kanskje snarere om en renselse som *består* i det å – bokstavelig talt – “lette seg” så en føler velvære, og han snakker om “helbredelse og lettelse”, eller kanskje heller om en legebehandling (*iatreia*) som *består* i renselse. Det gjelder å tømme seg, den ene eller andre veien.” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. xlvi).

“De to ordene *eleos* og *fobos* oversettes gjerne – i en tradisjon som går tilbake til Lessing [dvs. tyskeren Gotthold Ephraim Lessing på 1700-tallet] – med “medlidenhet” og “frykt”. “Medynk” og “skrekk” sier litt mer, en kunne også si “jammer” og “beven”, eller “gru” og “gysen”.” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. lxii) “Den renselsen som Aristoteles snakker om i *Politikken*, inntre, som vi ser, hos mennesker som føler *eleos* og *fobos*, eller som er utsatt for opplevelser som skaper det, eller “som i det hele tatt er emosjonelt anlagt”. Det er rimelig å tro at det er denne medisin-fysiologiske formen for renselse som foresvever Aristoteles i *Poetik* også, der den jo i høy grad er knyttet til *eleos* og *fobos*. [...] Det beste er derfor ikke å være uten følelser (*apatheia*) men å ha passe tilmålte følelser (*metriopatheia*). Den tragiske renselsen bidrar til at vi oppnår nettopp dette: Tragedien konsentrerer og fokuserer følelser, og sørger for å få ut det som skal ut. Med en moderne medisinsk metafor har en sagt at mens diktning for Platon bringer smitte, fungerer den for Aristoteles som vaksine. Den fungerer, har en også sagt, i overensstemmelse med et homøopatisk prinsipp.” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. xlvi-xlvii)

“Hvert eneste element i tragediedefinisjonen er problematisk, særlig i siste del. Ett problem er hvorvidt renselsen er noe som finner sted hos aktørene i dramaet, eller

om effekten ligger utenfor dramaet, hos tilskuerne. Det siste synspunktet er det vanligste, men både klassiske filologer og moderne strukturalister har ført i marken argumenterer for å legge hele prosessen innenfor verket. Et annet problem er forståelsen av uttrykket *katharsis (tōn toioutōn) pathēmatōn*, som jeg har oversatt med “renselse av den slags sinnstilstander”. Jeg har tatt genitiven i det siste ordet som en objektsgenitiv: Den tragiske *mimēsis* renser sinnsbevegelsene. Noen vil ta den som en separativ genitiv (“renselse fra” – da kvitter en seg med sinnsbevegelsene); også subjektsgenitiv er mulig (“den renselsen som disse sinnstilstandene bevirker”); eller en form for artsgenitiv (“en renselse som tilhører nettopp slike følelser”).” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. xlvii)

“Aristoteles forlanger mye av den tragedien som skal fylle sin funksjon og skaffe oss nettopp den nytelsen som den er alene om å kunne gi oss. Det er en nytelse som ikke kan reduseres til den renselsen som gir oss utløp for opparbeidet og oppmagasinert skrekk og medynk; renselsen er snarere et fenomen som ledsager den mer omfattende tilfredsstillelsen som tragedien gir. *Den* forutsetter at tingene skjer ifølge sannsynlighet eller nødvendighet, og at de gjør det innenfor et komplekst handlingsforløp, med gjenkjennelse, omslag og et sterkt overraskelsesmoment. Dessuten må den tragedien som skal tilfredsstille oss, være i overensstemmelse med våre moralske forestillinger.” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. lxviii-xlix).

“Det dreier seg ikke om renselse i religiøs forstand, selv om det er nettopp det *katharsis* sikter til den andre gangen ordet brukes i *Poetikken*, i referatet av en tragediehandling (kap. 17, 55b15). Etisk renselse eller lutring dreier det seg heller ikke om. Dette var den fremherskende tolkningen fra Corneille via Dryden til Lessing: Vi blir klokere og bedre mennesker av å se hvordan det går med andre, ikke minst lærer vi noe om viktigheten av å tøyte følelsene. Tolkningen ser ikke det homøopatiske aspektet; den legger mer vekt på frykt enn på medynk; følelser som sinne, hat, misunnelse burde da ha vært viktigere. Tolkningen har i dag bare historisk interesse – den er til gjengjeld betraktelig, på grunn av gjennomslaget den hadde gjennom flere hundre år. Den tragiske renselsen må forstås psykologisk. Aristoteles gjør en somatisk prosess til modell for en psykisk mekanisme. Vi kan altså ta virkningen av ekstatiske og hellige, opphissende og beroligende musikk som modell for det tragedien utvirker hos tilskuerne – “en renselse og en lettelse ledsaget av glede”.” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. lxviii).

“The great English poet John Milton, in his prologue to *Samson Agonistes* (1671), claims that tragedy “[was] said by Aristotle to be of a power by raising pity and fear ... to purge the mind of those and such-like passions, that is to temper and reduce them to just measure with a kind of delight, stirred up by ... seeing those passions well imitated” (707). The Aristotelian notion of tragedy, as synthesized by Milton, conjures a complex yet highly nuanced definition of cathartic pleasure.” (Brandon Taylor i http://offscreen.com/view/breaking_bad; lesedato 17.02.17)

Den tyskspråklige barokkdikteren Martin Opitz skrev i *Bok om den tyske diktekunsten* (1624) at det å se andre lide kan gjøre at tilskueren til tragedien tåler bedre sine egne, mindre lidelser, og tilskueren kan også få mot og kraft til å tåle tunge slag fra skjebnen (Szyrocki 1968 s. 198).

“Aristoteles’ begreb om K har været udsat for utallige tolkninger gennem tiden: Pierre Corneille mente, at tragedien havde en afskrækkende effekt og dermed rensede tilskuerne for passioner (*Discours de l’utilité et des parties du poème dramatique* og *Discours de la tragédie* 1660), mens G. E. Lessing (*Hamburgische Dramaturgie* 1767) mente, at tragedien havde en modererende og moralsk forædlende funktion, idet den rensede publikums følelse af frygt og medlidenhed fra deres ekstreme udfoldelse. Goethe, derimod, betragtede i *Nachlese zu Aristoteles’ Poetik* 1827 K som et begreb for den velordnede dramatiske helhedskomposition, mens den tyske filolog Jakob Bernays i *Zwei Abhandlungen über die aristotelische Theorie des Drama* 1857 står for den ofte fremførte mentalhygieniske tolkning, at tragediens K i stil med et homøopatisk middel tjener til at udrense publikum for uønskede sindstilstande. For Nietzsche var sådanne moralske eller medicinske opfattelser af K uacceptable. I *Die Geburt der Tragödie aus dem Geiste der Musik* 1872 (*Tragediens fødsel af musikkens ånd* 1996) fremhæver han, at tragediens virkning derimod er at give tilskuerne mod til at se livets gru i øjnene og samtidig vække lysten til at udøve en rent æstetisk aktivitet – dvs. en eksistentiel-tolkende aktivitet, der søger at skabe mening og værdi uden at bortforklare tilværelsens grundlæggende meningsløshed.” (<http://www.denstoredanske.dk/>; lesedato 04.09.13)

Adnan K. Abdulla skriver i boka *Catharsis in literature* (1985): “Catharsis is such a complex phenomenon that no one has ever presented a single, definitive statement about what it means, or how it works. Each writer captures only a part of it; each looks at catharsis from his particular point of view, and, by extension, explains it (or, for that matter, the function of literature) from his own ideological or epistemological premises. If such premises are susceptible to changing values, mores, and systems of thought, then it is legitimate to claim that ideas about the meaning and function of catharsis indicate changes in theories and practices of human epistemology, thought, and political systems. Such a hypothesis explains not only why so many thinkers have shown an interest in catharsis, but also the curious fact that the meaning of catharsis changes with author, age, and historical moment. In the Renaissance, catharsis often had heavy moral connotations; in the Augustan age, catharsis was usually thought to be a function of verisimilitude; in the Romantic period, catharsis frequently described the suffering of the poet; in the twentieth century, which is characterized by a multiplicity of critical thought, catharsis has a multiplicity of meanings. Each school of thought manages to wrench out an aspect of catharsis that is appropriate to its own critical focuses or premises.” (her sitert fra <http://www.questia.com/read/82225338/catharsis-in-literature>; lesedato 18.09.13)

I *Catharsis in literature* foretar Abdulla denne sammenfatningen: “Catharsis points clearly to the roles of emotions and of cognition in the aesthetic experience. I shall restrict my vocabulary to the discussion of tragedy, because the elements of tragedy bring into focus the discussion of catharsis in a clearer and sharper way than discussing catharsis in other genres. We begin with the following premises:

A. Catharsis is related to an aesthetic experience and not to everyday life experience.

B. In order to experience catharsis the audience must be aware of the conventions and cultural elements of the genre.

C. Catharsis is a culture-bound and a time-bound aesthetic experience.

The three premises allow us to look at catharsis as a process that consists of seven stages. These stages are as follows:

1. Catharsis involves a dialectic: there are two opposing emotions that will give rise to a conflict in the spectator’s mind.

2. Such a conflict of opposing emotions requires the identification or involvement of the spectator with the hero of the tragedy, or any other dramatic element in the play.

3. The spectator undergoes an emotional excitation because of his identification with the hero.

4. When the play ends, the emotional excitation is resolved, and the spectator begins to feel repose and serenity.

5. With the resolution of emotional excitation, the spectator begins to draw parallels or comparisons between his life and the hero’s.

6. Once the ideation starts (that is, the thinking on the part of the spectator), then the spectator begins to gain an insight into his life, his own affairs, and the humanity of his world.

7. The ideation ends with an understanding of what happened on stage, an understanding that could be moral, metaphysical, or psychological, depending on the spectator's individual character. The spectator feels that he, in Freud's term, is master of the situation.

The seven stages of the aesthetic experience we call catharsis can be reduced to two elements: 1) emotional excitation, 2) intellectual understanding. Put differently, the cathartic response begins with emotive arousal and ends with cognition. The

cognitive aspect of the aesthetic experience cannot occur without emotional arousal” (her sitert fra <http://www.questia.com/read/82225338/catharsis-in-literature>; lesedato 18.09.13).

“[K]atarsisopplevelse: leserne lever ut sin egen angst for tilværelsens skremmende og uforståelige sider, samtidig som de i bakhodet har bevisstheten om at opplevelsen er ufarlig fordi det som har utløst den, bare er fiksjon.” (Åsfrid Svensen i Birkeland og Risa 1993 s. 95)

Filmforskeren Søren Birkvad har kritisert “Hollywoods instrumentelle behandling av våre følelser. Således innebærer Idealet [sic] om tilskuerinnlevelsen og tilskuermedfølelsen en idé om syndsforlatelse. Den allerede omtalte Michael Haneke har spissformulert poenget på sarkastisk vis i følgende sitat: “ ‘Jeg gir mine tårer for disse personer’, sier den forførte tilskuer, ‘det er min soning. Nå er allting godt igjen, så hvor skal vi gå og spise?’ ” ” (*Morgenbladet* 22.–28. februar 2013 s. 28)

Forfattere som franskmennene Antonin Artaud og Jean Genet prøvde på 1920- og 30-tallet å utvikle en avpersonifiserende katarsis (Fitch 1979 s. 153). Artaud ville at hans drama skulle føre til publikums gjenopplevelse av fortrenge begjær, og denne gjenopplevelsen skulle lede til en brå endring hos publikum (Daus 1977 s. 25). Han mente at noen av våre begjær er grundig fortrenge, men kommer til uttrykk i myter og magi.

Ifølge katarsis-teorien innen medievitenskapen gjør voldsscener seeren i stand til å befri seg selv fra negative følelser, å “rense” seg fra sinne, aggresjon og frustrasjon (Rieffel 2010 s. 188). Den amerikanske psykologen Seymour Feshbach representerer dette synet. Katarsis er etter denne oppfatningen befrielse fra en sjelelig krampetilstand (Kästler 1990 s. 91).

“The catharsis hypothesis posits that aggression is a biological drive which requires release (Lorenz, 1963). Aggression may be primed by external provocations (such as competing for mates) but the ultimate cause is biological and evolutionary adaptation (Ellis & Walsh, 1997). Organisms may displace aggression from one source to another. For instance, a human may release aggression by engaging in aggressive sports rather than harming another person. Although some early studies appeared to support the catharsis hypothesis (e.g., Feshbach, 1961) these were not followed by further confirmations. Geen and Quanty (1977) in their review concluded that the research evidence did not support catharsis. Several recent researchers have challenged this in regard to video games. Sherry (2007) found that the effect size for studies examining violent video game playing and aggression decreases with longer video game exposures. Although Sherry does not unequivocally support the catharsis hypothesis, he does suggest that it should be better evaluated. Olson, Kutner, and Warner (2008), in a qualitative study of young boys, found that respondents reported feeling calmer, less aggressive, and less

angry after playing violent video games. Tentatively, the authors suggest that the catharsis hypothesis may bear reexamining in relation to violent video games. It is worth noting that most studies of violent video game effects do not directly study catharsis.” (Christopher J. Ferguson og Stephanie M. Rueda i <http://www.tamiau.edu/~cferguson/hitman.pdf>; lesedato 08.05.13)

“The most proper way of studying catharsis would begin by irritating or frustrating participants and then randomizing them to violent or nonviolent games to study which calmed participants. Most studies of violent video games take the opposite tact, namely taking “calm” participants and randomizing them to video game conditions to see which increase aggression. This approach is not adequate for testing catharsis. It remains possible that the catharsis hypothesis may be technically wrong, yet video games may function as a leisure activity which promotes coping with stress (Iwasaki, MacTavish, & MacKay, 2005; Lazarus, 1999). Previous research has suggested that leisure activities can reduce stress (Iwasaki, Mannell, Smale, & Butcher, 2002; Trenberth, Dewe, & Walkey, 1999) and that these findings may extend to the use of video games (Ryan, Rigby, & Przybylski, 2006). If violent video games are employed as a stress coping technique by some individuals we would expect stress-related sequelae including hostile feelings and depression to be reduced in game players. [...] No evidence was provided that short-term exposure to violent video games either increased or decreased aggressive behavior in the laboratory. Similarly violent game exposure in real life was not related to laboratory aggression. Given the use of effect size confidence intervals we can conclude that our evidence contradicts both the social learning and catharsis hypotheses regarding violent video game effects on aggressive behavior.” (Christopher J. Ferguson og Stephanie M. Rueda i <http://www.tamiau.edu/~cferguson/hitman.pdf>; lesedato 08.05.13)

Krigsveteraner kan erfare “the catharsis of survival, the right to be angry, and what many perceive to be the wisdom gained from difficult times” (Erlil og Wodianka 2008 s. 162).

Alle artiklene og litteraturlista til hele leksikonet er tilgjengelig på <https://www.litteraturogmedieleksikon.no>