



## DIÁRIO: UM DISPOSITIVO TERAPÊUTICO

THALIA COSTA DUARTE<sup>1</sup>;  
VANIA GRIM THIES<sup>2</sup>;

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – [thaliacostaduarte@gmail.com](mailto:thaliacostaduarte@gmail.com)

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – [vaniagrim@gmail.com](mailto:vaniagrim@gmail.com)

### 1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como objetivo analisar aspectos terapêuticos de um diário pessoal utilizado no período de 1996 a 1999. A pesquisa está vinculada a um projeto<sup>1</sup> mais amplo e é desenvolvida no centro de memória e pesquisa História da Alfabetização Leitura, Escrita e dos Livros Escolares (Hisales/FaE/UFPEL)<sup>2</sup>. No momento atual, em virtude da pandemia (Covid-19), o Hisales está funcionando com atividades virtuais. Como bolsista de iniciação científica<sup>3</sup>, desenvolvo a pesquisa especificamente em um dos seis acervos principais do Hisales, no acervo das escritas pessoais e familiares (Acervo 6) realizando as atividades por meio do trabalho remoto.

O trabalho tem como foco demonstrar as várias funções que um diário pode exercer na vida pessoal e o sentido que estas funções exercem no cotidiano. Um diário pessoal pode exercer várias funções: relatar ideias, experiências vividas, sentimentos, opiniões, angústias, desejos etc. Visando que:

[...] uma escrita desse tipo ultrapassa o momento em que se escreve: ela trabalha dentro de nós durante o dia. Não é mais uma “técnica”, mas se torna uma maneira de viver, uma ética. E é preciso que se diga também, um prazer (LEJEUNE, 2014, p. 333).

E essa escrita manuscrita e diária muitas vezes é como uma atividade terapêutica que faz com que a pessoa desocupe sua mente de algo que pode estar lhe perturbando ou incomodando, bem como pode relatar prazeres e alegrias.

### 2. METODOLOGIA

A metodologia utilizada nesse trabalho científico de pesquisa, começou com a observação dos materiais que havia na minha casa e que pelas características se vinculam aos do projeto do qual sou bolsista, além de se relacionarem aos materiais que compõem o acervo 6, das escritas pessoais e familiares. Neste momento, como não tive acesso ao acervo físico em função da pandemia, essa foi a opção mais viável e um meio de investigar sobre um objeto

---

<sup>1</sup> Projeto Cultura Escrita e Educação do Campo (Edital Universal/2016).

<sup>2</sup> O Hisales - História da Alfabetização, Leitura, Escrita e dos Livros Escolares - é um centro de memória e pesquisa, constituído como órgão complementar da Faculdade de Educação (FaE) da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), que contempla ações de ensino, pesquisa e extensão. Sua política principal é fazer a guarda e a preservação da memória e da história da escola e realizar pesquisa. Mais informações: site (<http://www.ufpel.edu.br/fae/hisales/>), redes sociais (Facebook: Hisales / Instagram: @hisales.ufpel) e e-mail ([grupohisales@gmail.com](mailto:grupohisales@gmail.com)).

<sup>3</sup> Bolsista de Iniciação Científica (PROBIC/Fapergs).



de pesquisa que não fosse virtual, para que pudesse facilitar na hora da escrita e elaboração deste trabalho.

Posteriormente ao trabalho de seleção e busca dos materiais, decidi que meu objeto de pesquisa seria um diário do ano de 1996, com um conteúdo muito peculiar. O diário estava guardado na minha casa, dentro de uma gaveta com alguns livros de receitas, desde o ano de 2007. O primeiro passo foi realizar a higienização deste diário, assim concomitante a esse processo já iniciei a observação do seu conteúdo. Logo, a sistematização das observações foi realizada em um caderno de registros, no qual fiz diversas anotações para iniciar a problematização e as possíveis relações com os referenciais teóricos.

Em relação aos aspectos de conservação, o diário encontra-se em estado regular conservação, apresenta algumas folhas rasgadas e manchadas por algum tipo de líquido. Para essa pesquisa foi utilizado um único diário, sendo ele de um conteúdo vasto e abundante em relação a sua escrita. O diário possui 101 páginas e a maior parte delas possui registros. Foi produzido em uma agenda do ano de 1994, embora tenha sido escrito no ano de 1996. Nota-se também que outras pessoas escreveram no diário, fato visível pelos diferentes tipos de caligrafias, mas ao que tudo indica nenhuma dessas pessoas teve acesso a leitura das escritas particulares por que há imagens fixadas em cima de todos os seus manuscritos. Esse diário possui imagens de atores que foram coladas em todas as páginas, com os respectivos nomes artísticos. Outro aspecto interessante é que essas imagens foram coladas intencionalmente para esconder ou encobrir a escrita que o diário possui em cada página. Pela forma peculiar como esse diário foi escrito podemos perceber que a mulher que o escreveu estava com algum problema psicológico ou transtorno mental e que precisava de ajuda, mas talvez não soubesse como pedir e, por isso, escrever nesse suporte talvez fosse uma forma de lhe trazer alívio. Fazendo com que se sentisse ouvida e acolhida por um dispositivo no qual ela poderia escrever qualquer coisa que desejasse sem sofrer nenhum tipo de repressão ou crítica. Visto que, na maioria das vezes, as pessoas que produzem diários só querem um suporte para guardar de forma segura seus segredos, medos, vontades etc.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O diário selecionado para essa pesquisa era de uma mulher que começou a escrevê-lo quando tinha 26 anos. Utilizava esse suporte de escrita como um meio de desabafar sobre seus sentimentos e desejos, os quais é possível inferir que ela não tinha coragem de confidenciar a ninguém. Nesse diário fica explícito também que ela tinha uma grande vontade de suicidar-se. Nota-se ainda, que ao escrever e relatar a sua rotina diária era como uma maneira terapêutica ou uma tentativa de lutar contra esse desejo de tirar a própria vida.

Observei também os aspectos relativos à materialidade do diário, além do seu conteúdo e das formas de registro, e suas possíveis implicações. Desta forma tive uma visão mais detalhada da importância desse diário como um dispositivo terapêutico e o quanto a escrita pode ser de grande valia como um meio de registrar pensamentos e ideias que não conseguimos falar ou que realmente escrevemos por prazer, com a única intenção de guardar para nós mesmos nossos sentimentos mais íntimos e profundos. Segundo Grassi (2016), a escrita de um diário é algo muito íntimo que significa nossas memórias conforme nossa trajetória e nossa intencionalidade ao escrever.



Guardado. Trancado. Zelado. O cerimonial da confissão preservado em uma gaveta escondida ou protegido com chave. O ritual da escrita discreta e sigilosa, mantida longe do olhar da família e de outras pessoas. O repositório de lembranças e o território da intimidade. Acontecimentos corriqueiros ou excepcionais, sentimentos contidos, expectativas e desejos secretos. Tudo que tece o cotidiano é passível de ser acolhido pelas folhas em branco do diário íntimo (GRASSI, 2016, p. 88).

Assim, como a maioria dos diários, ela escreveu sem preocupações com gênero literário ou concordância verbal. Era uma escrita simples e somente por prazer de liberar seus sentimentos através dos registros escritos. Conforme Ariés (2009):

São escritos sobre si e o mais das vezes para si apenas. Nem sempre se procura publicá-los. Mesmo quando não são destruídos, sobrevivem apenas por acaso, no fundo de um baú ou de um sótão. Portanto, são textos redigidos somente por prazer. [...] (ARIÉS, 2009, p. 15).

Como diz Ariés (2009), um diário é algo muito íntimo e pessoal porque envolve uma escrita de registros cronológicos e ordenados em decorrência dos acontecimentos cotidianos e diários. Visando que um dos motivos principais para escrever um diário é a necessidade de arquivar a sua própria vida como uma forma de guardar memórias privadas e pessoais, para que no futuro se possa de alguma forma compreender melhor a real função que um diário exerce na vida da pessoa que o escreveu.

O diário analisado tinha uma função terapêutica, demonstrando ter sido um meio de amenizar medos e desejos constantes de machucar a si própria. Como um pedido de ajuda. Para Silva (1990):

Se tudo na minha vida se repete, eu não preciso reter cronologias, porque o passado e o presente se fundem. A mudança não é um dado na vida destes indivíduos que, frequentemente, se perdem no tempo. A repetição, portanto, auxilia o esquecimento (SILVA, 1990, p. 63).

Muitas vezes a pessoa está confusa perdida em um ciclo vicioso de não se desprender do passado e querer vive-lo como se fosse o presente o diário pode nos permite fazer essa manobra, essa periodicidade, pois nele podemos escrever tudo que nós mesmos permitirmos que seja registrado.

#### 4. CONCLUSÕES

Neste trabalho abordei o tema “diário”, e pelas exposições realizadas, pude concluir que esse suporte de escrita não serve só para registrar a rotina diária, sentimentos, vontade, desejos, etc. Serve, também, para registrar segredos do qual não podem ser confidenciais a ninguém, por vários motivos tais como medo, insegurança ou até por não acreditar que alguém poderia ajudar.

Neste sentido, para a análise realizada, o diário exerceu a função de objeto confidente e terapêutico amenizando esse sentimento de angústia constante e essa vontade de falar e ser ouvida. O diário analisado explicita que a escrita privada é como um dispositivo seguro que garante que suas memórias não se



percam e que outros não as acessem sem permissão, além de demonstrar o quanto escrever nesse suporte pode se tornar reconfortante e libertador. Uma forma de diminuir os problemas do cotidiano para poder tentar seguir em frente e ter uma segunda chance de recomeçar todos os dias ao despertar.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

LEJEUNE, Philippe. **O pacto autobiográfico: de Rousseau à internet**. 2ª edição. Belo Horizonte: Editora da UFMG, 2014.

GRASSI, Pamela Cervelin. **“Quando nos despedimos, já estava com saudades dele”: amor romântico e casamento nos recônditos femininos (1942-1972, Caxias do Sul/RS)**. 2016, Dissertação (Mestrado em História). Florianópolis/SC: Universidade do Estado de Santa Catarina.

ARIÈS, Philippe. Por uma história da vida privada. In. ARIÈS, Philippe; DUBY, George (Orgs.). **História da vida privada. Da Renascença ao Século das Luzes** [vol. 3]. Tradução Hildegard Feist - São Paulo: Companhia das Letras, 2009. Disponível em: <https://bibliotecaonlinedahisfj.files.wordpress.com/2015/02/chartier-r-org-histc3b3ria-davida-privada-3-da-renascenc3a7a-ao-sc3a9culo-das-luzes.pdf> - Acesso em 12/09/2020.

SILVA, Janice Theodoro da. Memória e esquecimento. **Revista de Divulgação Cultural**, Blumenau, vol. 13, n. 44, p 63-69. Julho-agosto 1990.