



EXPERIÊNCIA DE OUVIR VOZES: VIVÊNCIAS, ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO E APOIADORES PSICOSSOCIAIS EM INDIVÍDUOS COM TRANSTORNOS PSICÓTICOS

Experience of Hearing Voices: Experiences, Coping Strategies and Psychosocial Supporters in Individuals with Psychotic Disorders

RESUMO

O estudo investigou as experiências de indivíduos que ouvem vozes na cidade de Santa Maria, com foco nas estratégias de enfrentamento e no suporte psicossocial. Utilizando uma abordagem qualitativa e fundamentada no método fenomenológico, foram conduzidas entrevistas abertas com dois participantes. Os resultados indicam que a experiência de ouvir vozes está frequentemente associada a eventos adversos na infância e à ausência de redes de apoio. As estratégias de enfrentamento evoluíram ao longo do tempo, passando do medo e da evasão para mecanismos adaptativos, como o diálogo com as vozes e o uso de dispositivos sonoros. Além disso, verificou-se que o suporte psicossocial exerce um papel relevante na ressignificação dessas experiências. O estudo destaca a necessidade de abordagens terapêuticas que vão além do modelo biomédico, considerando a subjetividade dos participantes e suas trajetórias de vida. Como limitação, o pequeno número de entrevistados restringe a generalização dos achados. Pesquisas futuras podem ampliar a amostra e explorar a eficácia de diferentes intervenções na promoção do bem-estar dos ouvintes de vozes.

Jaydes Schultz Fuly

Graduando em Medicina, Faculdade Medicina Petrópolis – FMP

<https://orcid.org/0009-0001-8635-3856>

Peter William Acosta Assumpção

Psicólogo Clínico, Faculdade Integrada de Santa Maria

<https://orcid.org/0000-0003-3104-9117>

Romaryo Mareco Alves de Sá

Graduado em Medicina, Unifsm - Cajazeiras Paraíba (PB)

Júlia Muraro Marchetti

Graduanda em Medicina, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul - PUCRS

<https://orcid.org/0009-0003-5576-0461>

Ana Livia Ferreira Pissinatti

Graduanda em Medicina, FMPFM

<https://orcid.org/0009-0006-6886-056X>

Helena Gabrielle Gomes da Silva

Graduanda em Medicina, Universidade de Pernambuco - UPE

<https://orcid.org/0009-0001-2971-7035>

Victor Tavares de Souza

Mestre em Saúde Pública pela Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca (Fiocruz)

<https://orcid.org/0000-0002-2121-4548>

Maria Victoria Delmonte Dias Da Motta

Graduanda em Medicina, UNIFAA - centro universitário de Valença

<https://orcid.org/0009-0002-4745-7094>

Andreza de Lima Guedes

Graduanda em Fisioterapia, Universidade Católica de Pernambuco - UNICAP

<https://orcid.org/0009-0002-8470-3557>

João Pedro Gonçalves de Oliveira

Graduando em Medicina, Afa Ciências Médicas

Magno Oliveira Ramos

Mestre em Ciências Farmacêuticas, Universidade do Estado da Bahia - UNEB

Pablo Jorge Pereira dos Anjos

Graduando em Fisioterapia, Universidade Católica de Pernambuco - UNICAP

João Lucas dos Reis Cozer

Graduando em Medicina, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul- Campus três lagoas

<https://orcid.org/0009-0003-1218-3983>

PALAVRAS-CHAVES: Capacidades de Enfrentamento; Transtornos Psicóticos; Saúde Mental

**ABSTRACT*****Autor correspondente:****Jaydes Schultz Fuly**jaydessf@alu.unifase-rj.edu.br

Recebido em: [07/02/2025]

Publicado em: [10/02/2025]

The study investigated the experiences of individuals who hear voices in the city of Santa Maria, focusing on coping strategies and psychosocial support. Using a qualitative approach and based on the phenomenological method, open-ended interviews were conducted with two participants. The results indicate that the experience of hearing voices is often associated with adverse childhood events and the absence of support networks. Coping strategies evolved over time, moving from fear and avoidance to adaptive mechanisms, such as dialog with the voices and the use of sound devices. In addition, it was found that psychosocial support plays an important role in reframing these experiences. The study highlights the need for therapeutic approaches that go beyond the biomedical model, considering the subjectivity of the participants and their life trajectories. As a limitation, the small number of interviewees restricts the generalization of the findings. Future research could expand the sample and explore the effectiveness of different interventions in promoting the well-being of voice hearers.

KEYWORDS: Coping Skills; Psychotic Disorders; Mental Health**INTRODUÇÃO**

O Movimento Internacional de Ouvidores de Vozes surgiu na Holanda em 1987, trazendo uma nova perspectiva sobre a experiência de ouvir vozes inaudíveis para outras pessoas. Essa vivência passou a ser reconhecida como parte da diversidade da condição humana, não sendo necessariamente um indicativo de transtornos mentais (Baker, 2016). Além disso, estudos apontam que entre 4% e 8% da população geral relata essa experiência, sendo



que a maioria não possui diagnóstico psiquiátrico nem necessita de acompanhamento profissional (Johns; Van Os, 2001; Sommer *et al.*, 2010).

Nas últimas décadas, as abordagens terapêuticas em saúde mental têm se expandido, com ênfase no protagonismo e no respeito às particularidades de cada indivíduo em sofrimento psíquico. Essas estratégias se fortalecem em contextos socioculturais, históricos e políticos específicos, baseando-se na crítica aos saberes tradicionais e na busca por novas formas de enfrentamento e alívio do sofrimento (Kantorski *et al.*, 2017).

Como fatores motivadores da pesquisa se pode elencar a cultura da hipermedicalização, da psicopatologização excessiva da experiência humana, da necessidade de se centrar mais no sujeito adoecido, e não exclusivamente na doença, bem como, o interesse emerge no pressuposto de estabelecer que outras formas de abordar a vivência e os processos laborais amparados pela Reforma Psiquiátrica continuem em movimento, se desconstruindo e se construindo (Acselrad; Tavares, 2022; Oliveira; Martins, 2020).

Dessa forma, este estudo tem como objetivo explorar as experiências de indivíduos que ouvem vozes, investigando as primeiras manifestações do fenômeno, as estratégias de enfrentamento adotadas ao longo do tempo e a influência do apoio psicossocial na trajetória desses indivíduos. O estudo busca compreender como essas experiências estão relacionadas à infância, ao contexto social e às redes de apoio, bem como analisar as estratégias utilizadas pelos participantes para lidar com a audição das vozes.

MATERIAL E MÉTODOS

Esta pesquisa seguiu uma abordagem qualitativa, fundamentada no método fenomenológico. O estudo foi realizado na cidade de Santa Maria, e inicialmente, foram selecionados cinco voluntários, dos quais apenas dois atenderam aos critérios de inclusão e consentiram em participar da pesquisa. A coleta de dados foi realizada por meio de entrevistas abertas, as quais foram audiogravadas e posteriormente transcritas para análise.

Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A pesquisa foi aprovada pela Plataforma Brasil e por um Comitê de Ética em Pesquisa, conforme CAAE: 20084619.3.0000.5346 e parecer: 3.566.367. Além disso, foi autorizada pela instituição municipal Núcleo de Educação e Pesquisa.



Os recortes da experiência foram organizados em eixos temáticos que orientaram a extração e interpretação dos dados, permitindo uma compreensão mais detalhada da vivência dos voluntários.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dois voluntários participaram da pesquisa. A partir das entrevistas transcritas, foram identificadas reduções fenomenológicas que evidenciam o desenvolvimento das vozes como parte da vida dos participantes. Para ampliar a compreensão dessas experiências, foram considerados também aspectos biográficos, sociais e de apoio na trajetória dos entrevistados.

Segundo Kantorski *et al.* (2017), a experiência de ouvir vozes pode estar associada a uma narrativa de vida solitária, o que pode aumentar o risco de sofrimento psíquico e até suicídio. Dessa forma, torna-se essencial ampliar a compreensão dessa população, buscando novos desdobramentos que considerem suas vivências para além do sofrimento.

A análise dos dados resultou na categorização das experiências em cinco eixos principais, que serão discutidos a seguir

Infância dos ouvidores entrevistados

Os relatos dos participantes revelaram experiências de adversidade na infância, incluindo perdas familiares e relações conflituosas:

“Minha vida não foi fácil. Perdi meu pai aos quatro anos, ele se suicidou na minha frente. Desde então, nunca mais fui a mesma. Não fui uma criança feliz, nunca tive uma infância de verdade.” (V01)

“Minha mãe era muito rígida, e meu pai quase sempre estava ausente. Ele trabalhava fora e passava boa parte do ano longe. Minha irmã mais velha tinha escoliose congênita, e minha mãe sempre dizia: ‘Ela é responsabilidade tua’. Eu cuidava dela e fazia o serviço de casa, mas qualquer erro era motivo para brigas. Chorava muito.” (V02)

Esses relatos corroboram os achados de Baker (1998), que sugere uma relação entre negligência afetiva na infância e o surgimento da experiência de ouvir vozes. No entanto, é importante ressaltar que essa vivência não pode ser reduzida exclusivamente a um fator



específico, mas sim compreendida dentro de um contexto mais amplo de interações e experiências individuais.

Nesse sentido, os participantes do estudo de Kantorski *et al.* (2018) relataram que as vozes podem estar associadas a eventos traumáticos, como abuso, maltrato ou violência, reforçando a ideia de que os transtornos relacionados à audição de vozes têm raízes em experiências de vida adversas.

A conexão entre as vozes e as experiências vividas parece estar intrinsecamente ligada ao contexto atual dos participantes, especialmente no que se refere ao suporte familiar. Esse aspecto sugere que o apoio na infância, embora não abordado diretamente pelos participantes, poderia ter influenciado as estratégias de enfrentamento que desenvolveram ao longo do tempo (Fernandes, 2017).

Rede de apoio na infância

A rede de apoio desempenha um papel fundamental na constituição de recursos internos e na mobilização de estratégias externas para lidar com desafios. No entanto, os relatos indicam que os voluntários enfrentaram dificuldades nesse aspecto:

“Minha mãe começou a trabalhar e nos deixou com minha avó, mas ela não gostava de crianças. Então, fui internada em um educandário e minha irmã em outro. Além de tudo, fomos separadas.” (V01)

“Minha mãe não me explicou que ia me deixar lá. Disse apenas que a irmã [freira] me mostraria o colégio e as crianças. Quando voltei para encontrá-la, ela não estava mais. Eu chorava muito, mas as freiras mandavam eu engolir o choro e me batiam por gritar.” (V01)

Esses fragmentos evidenciam a fragilidade da rede de apoio na infância dos participantes. De acordo com Charqueiro *et al.* (2016), a rede de suporte pode incluir laços familiares, sociais e comunitários que influenciam diretamente a constituição subjetiva dos indivíduos.

Esse contexto aponta para uma possível relação com experiências sensoriais iniciais, como a percepção de adversidades emocionais, que poderiam ter moldado a maneira como os indivíduos lidam com as vozes ao longo da vida. Nesse sentido, a ausência de uma rede de apoio sólida na infância também pode ter desempenhado um papel significativo nesse processo, conforme observado por Kantorski *et al.* (2018).



Além disso, a relação com a pobreza e a baixa escolaridade pode influenciar profundamente a forma como esses indivíduos vivenciam suas experiências com as vozes. A falta de autonomia nos grupos brasileiros, por exemplo, pode ser vista como um reflexo da carência de suporte adequado durante a infância, o que impacta diretamente na construção da identidade e no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento (Goulart, 2018).

Primeiras experiências sensoperceptivas

Os participantes relataram que as primeiras manifestações das vozes ocorreram ainda na infância:

“À noite, eu via meu pai, mas ele não tinha corpo, só uma cabeça sorrindo para mim.” (V01)

“A primeira voz que ouvi foi a do espelho. Até hoje, o espelho conversa comigo.” (V02)

Romme e Escher (1989) constataram que a experiência de ouvir vozes pode surgir precocemente, muitas vezes antes dos seis anos de idade. Esse dado se alinha com os relatos das voluntárias da presente pesquisa.

Ao analisar "o contexto de vida de uma ouvidora de vozes" e "o significado de ouvir vozes", percebe-se que as experiências associadas à audição de vozes estão profundamente ligadas à trajetória pessoal de cada indivíduo. Nesse sentido, a análise dos eventos e ações relacionadas ao fenômeno revela a importância de compreendê-lo dentro do contexto da história de vida, o que envolve não apenas as primeiras percepções sensoriais, mas também as formas de enfrentamento e adaptação ao longo do tempo (Moraes, 2019).

Primeiras estratégias de enfrentamento

As formas iniciais de enfrentamento das vozes variavam entre fuga e medo:

“Eu saía correndo desesperada, gritando.” (V01)

“A voz da escada me chamava para o escuro. Eu tinha medo, então só subia quando havia alguém comigo.” (V02)



A maneira como os indivíduos interpretam suas experiências tem um impacto direto nas estratégias de enfrentamento adotadas. Essa relação é essencial para entender o processo de adaptação e convivência com as vozes ao longo do tempo. A estratégia de enfrentamento varia consideravelmente entre os entrevistados; enquanto alguns buscam apoio profissional, outros tentam adaptar-se às vozes, aceitando-as como parte de suas vidas. No entanto, um desafio significativo surge quando as vozes, especialmente as de comando, incitam comportamentos destrutivos, como a autolesão ou a agressão a outros. Nesse contexto, a pesquisa aponta que a intervenção terapêutica pode desempenhar um papel crucial ao ajudar os indivíduos a se distanciar das vozes, permitindo-lhes perceber que essas não representam seus próprios desejos ou intenções (Couto; Kantorski, 2020).

Estratégias atuais de enfrentamento

Com o tempo, os participantes desenvolveram novas formas de lidar com as vozes:

“No grupo, aprendi que posso conversar com elas.” (V01)

“No grupo, me deram a ideia de usar fones de ouvido e fingir que estou no telefone.” (V01)

“Uma voz me disse: ‘Abre a porta que eu quero entrar na tua casa’. Mentalmente, respondi: ‘Tu não é bem-vinda, a casa é minha! Pode ir embora!’. Depois disso, o som cessou.” (V02)

Romme e Escher (1989) descrevem três estágios da experiência de ouvir vozes: surpresa (descoberta das vozes), organização (aprendizado de estratégias de enfrentamento) e estabilização (convivência equilibrada). A pesquisa revelou que os voluntários passaram por essas fases e encontraram maneiras próprias de lidar com a experiência.

No entanto, observou-se uma resistência ao modelo biomédico, mesmo dentro de um Centro de Atenção Psicossocial, o que sugere que os ouvidores buscam alternativas que talvez estejam mais alinhadas com um modelo de atenção psicossocial. Esse modelo, ao considerar a complexidade das experiências vividas, parece ser mais eficaz ao acolher a diversidade de estratégias adotadas pelos indivíduos para enfrentar as vozes, como apontado por (COUTO; KANTORSKI, 2020). Assim, a resistência observada pode refletir uma busca por abordagens terapêuticas mais holísticas e adaptadas às necessidades individuais dos participantes.

CONCLUSÃO



A experiência de ouvir vozes é complexa e envolve múltiplos fatores, desde eventos traumáticos na infância até o suporte psicossocial disponível ao longo da vida. Os relatos dos participantes evidenciam que a falta de uma rede de apoio na infância pode estar associada ao surgimento e à intensidade dessas vivências, impactando significativamente a forma como lidam com as vozes. Além disso, estratégias de enfrentamento foram desenvolvidas ao longo do tempo, variando entre o medo inicial e a adoção de mecanismos que promovem uma convivência mais equilibrada com essas percepções.

O estudo reforça a necessidade de abordagens que não se restrinjam ao modelo biomédico, mas que considerem a subjetividade e a história de vida dos ouvidores de vozes. O fortalecimento de redes de apoio e a implementação de práticas terapêuticas centradas no indivíduo são fundamentais para proporcionar melhor qualidade de vida a essas pessoas.

Como limitação, destaca-se o pequeno número de participantes, o que restringe a generalização dos resultados. Pesquisas futuras podem ampliar a amostra e investigar a eficácia de diferentes intervenções na promoção do bem-estar dos ouvidores de vozes, contribuindo para o aprimoramento das estratégias de cuidado em saúde mental.

REFERÊNCIAS

ACSELRAD, M.; TAVARES, D. B. A medicalização do sofrimento psíquico na cultura do hiperconsumo. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 34, 2022.

BAKER, P. The voice inside: a practical guide to coping with hearing voice. **Paperback**, 1998.

BAKER, P. **Abordagem de Ouvir Vozes: Treinamento Brasil**.

CHARQUEIRO, L. T. P. *et al.* A clínica ampliada na atenção básica: contribuições do NASF na constituição de linhas de cuidado. **ColecionaSUS, CONASS, SES-RS**, p. 77–86, 2016.

COUTO, M. L. DE O.; KANTORSKI, L. P. Ouvidores de vozes de um serviço de saúde mental: características das vozes e estratégias de enfrentamento. **Psicologia & Sociedade**, v. 32, 2020.

FERNANDES, H. C. D. Escutar vozes : da qualificação da experiência ao cuidado na clínica em saúde mental. . **Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e Cultura)**—**Universidade de Brasília, Brasília**, 2017.



GOULART, M. A. Movimento dos ouvidores de vozes : da Europa ao Brasil. **Digital Repository**, 2018.

JOHNS, L. C.; VAN OS, J. The continuity of psychotic experiences in the general population. **Clinical Psychology Review**, v. 21, n. 8, p. 1125–1141, nov. 2001.

KANTORSKI, L. P. *et al.* Grupos de ouvidores de vozes: estratégias e enfrentamentos. **Saúde em Debate**, v. 41, n. 115, p. 1143–1155, dez. 2017.

KANTORSKI, L. P. *et al.* Ouvidores de vozes: características e relações com as vozes. **Journal of Nursing and Health**, v. 8, 19 set. 2018.

MORAES, B. M. O fenômeno de ouvir vozes como uma experiência humana sob a perspectiva de uma ouvidora de vozes. **Digital Repository**, 2019.

OLIVEIRA, E. A. DE; MARTINS, C. P. Sobre Práticas de Medicalização e “Loucura”: Algumas Reflexões (In)disciplinadas. **Revista Psicologia e Saúde**, p. 101–113, 7 fev. 2020.

ROMME, M. A. J.; ESCHER, A. D. M. A. C. Hearing Voices. **Schizophrenia Bulletin**, v. 15, n. 2, p. 209–216, 1 jan. 1989.

SOMMER, I. E. *et al.* Healthy Individuals With Auditory Verbal Hallucinations; Who Are They? Psychiatric Assessments of a Selected Sample of 103 Subjects. **Schizophrenia Bulletin**, v. 36, n. 3, p. 633–641, 1 maio 2010.