



**LSPA**  
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO  
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

**ORIGEM, CARACTERÍSTICAS E CONTEÚDO DAS VOZES EM  
PESSOAS COM EXPERIÊNCIA DE DOENÇA MENTAL**

Carlota Maria Gonçalves Teixeira

Nº 25672

**Orientador de Dissertação**

PROF. DOUTOR JOSÉ PINHEIRO ORNELAS

**Orientador do Seminário de Dissertação**

PROF. DOUTOR JOSÉ PINHEIRO ORNELAS

**Tese submetida como requisito parcial para obtenção do grau de**

**MESTRE EM PSICOLOGIA**

Especialidade em Psicologia Clínica

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação  
do Prof. Doutor José Pinheiro Ornelas, apresentada no  
ISPA – Instituto Universitário, para obtenção do grau de  
Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

## **Agradecimentos**

Atravessar um oceano, na tentativa de realizar um sonho, levou-me ao início de um percurso que modificou a minha maneira de ser e de pensar. Sair da zona de conforto e aventurar-se por caminhos desconhecidos, abre portas a novas e melhores oportunidades. E foi esta aventura que me levou a Lisboa, cidade maravilhosa, que me concedeu a possibilidade de frequentar o ISPA e de finalizar uma das etapas mais importantes da minha vida.

E esta e qualquer outra jornada nunca se faz só, levamos connosco as pessoas que amamos, que nos apoiam e encontramos pelo caminho, que tornam o trajeto mais fácil, reconfortante e acolhedor. E por isso, como não poderia deixar de ser, é importante agradecer a todos eles, àqueles que me incentivaram e aos que me ajudaram a reerguer nos momentos mais difíceis.

Em primeiro lugar, gostaria de agradecer ao ISPA, por enriquecer o meu conhecimento académico e por ter concedido a oportunidade de vivenciar vários momentos que certamente marcaram a minha trajetória de vida tanto pessoal como profissional.

Ao meu orientador, Professor Doutor José Ornelas, um especial agradecimento pela disponibilidade, pela compreensão e pela sugestão do tema, que se revelou ao longo de toda a investigação, uma temática surpreendente a diversos níveis. Também quero agradecer por ter partilhado o seu ponto de vista ao qual eu me identifico imenso, pelas diversas sugestões que foram dadas, de forma entusiasta, e que tornou o estudo muito mais enriquecedor.

Como não poderia deixar de ser, um muito obrigado à Cláudia, minha parceira de toda esta investigação, ao qual partilhamos o mesmo interesse pela temática e nos apoiamos, continua e mutuamente, até à finalização do estudo.

Aos parceiros da investigação colaborativa, pela disponibilidade e pela partilha, um especial agradecimento aos participantes e à Dra. Sónia Amaral, por terem tornado este estudo muito mais enriquecedor, acrescentando um valor inestimável, pois sem a sua colaboração nada disto teria sido possível.

Um especial agradecimento aos amigos que tinha e que encontrei ao longo deste percurso, pelo companheirismo, pelas palavras encorajadoras, por acreditarem na melhor versão de mim mesma e pelos momentos de aventura e divertimento que se tornaram motivadores para a finalização desta etapa tão importante.

E por último e não menos importante, um obrigado gigantesco à minha família, sem eles nada disto seria possível, obrigada pela oportunidade fantástica que me proporcionaram, pelo carinho e pela amabilidade e por me ajudarem a tornar a pessoa que sou hoje, uma lutadora que, com garra e determinação, enfrenta tempestades e que também sabe desfrutar vivamente dos momentos felizes e libertadores.

## **Resumo**

O presente estudo tem como tema principal a experiência de ouvir vozes, consistindo numa investigação colaborativa com os participantes, ouvintes de vozes, através da organização de base comunitária AEIPS. A sua colaboração no processo de construção do guião da entrevista foi um contributo fundamental, em prol da desmistificação da experiência. A pertinência de tal estudo advém da vasta relevância que esta temática tem vindo a ganhar nos últimos 30 anos junto da comunidade científica. Assim sendo, o principal objetivo deste estudo consiste em compreender a perspetiva dos indivíduos acerca da experiência e o impacto de tal compreensão, através da aplicação de entrevistas a 5 participantes. Para a análise das entrevistas foi utilizada a metodologia de análise temática. Deste modo, este estudo comprovou a pertinência em se explorar a perspetiva dos ouvintes acerca das vozes e assim melhorar os processos interventivos junto dos ouvintes.

**Palavras-chave:** investigação colaborativa; ouvir vozes; experiência; análise temática; *voice hearers*.

## **Abstract**

The present study has as its main theme the experience of voice hearing, consisting in a collaborative investigation with the participants through community based organization AEIPS, in such a way as to give its contribution in all of the investigative process. The pertinence of such a study comes from the vast relevance that this theme has been gaining in the last 30 years in the scientific community. Accordingly, the main goal of this study consists in understanding the perspective of the participants about the experience and the impact of such an understanding, through the application of interviews to 5 participants. From the construction of the interview script to the sharing of the results, all the investigative process was made in favour of the desmistification of the experience. For the analysis of the interviews the methodology of thematic analysis was used. Thus, this study comproved the pertinence of exploring the perspective of the listeners about the voices so that one can go around the negative beliefs about them and in this way improve the interventive processes with the listeners.

**Key-words:** collaborative investigation; voice hearing; experience; thematic analysis; voice hearers.

## Índice

Introdução.....	1
Capítulo I – Enquadramento teórico.....	2
Ouvir vozes.....	4
<i>Empowerment e recovery</i> .....	6
Desmistificação da audição de vozes.....	10
Origem, Características e Conteúdo das vozes.....	14
Implicações Clínicas.....	19
Capítulo II - Enquadramento do estudo e abordagem metodológica .....	19
Questão de Investigação.....	19
Objetivos da investigação.....	19
Investigação Colaborativa.....	19
<i>Focus group</i> .....	21
Metodologia de análise temática.....	22
Capítulo III – Estudo empírico.....	25
Participantes.....	25
Instrumento.....	25
Procedimento.....	26
Considerações éticas.....	27
Capítulo IV – Resultados, Análise dos resultados e Conclusões.....	28
Apresentação dos resultados.....	28
<i>Origem</i> .....	28
<i>Fase do desenvolvimento</i> .....	28
<i>Eventos desencadeadores</i> .....	29
<i>Representação do agente</i> .....	30
<i>Características</i> .....	31
<i>Contexto e Locus</i> .....	31
<i>Vozes ameaçadoras vs. Vozes amigáveis</i> .....	32
<i>Decorrente da doença vs. Decorrente da experiência</i> .....	33
<i>Conteúdo</i> .....	34

<i>Conteúdo negativo vs. Conteúdo positivo</i> .....	34
<i>Tema das vozes</i> .....	35
<i>Vozes potenciadoras vs. Limitativas</i> .....	36
Análise e discussão dos resultados.....	37
Conclusões.....	43
Referências bibliográficas.....	45

## **Lista de anexos**

Anexo I – Questões iniciais;

Anexo II - Guião de entrevista;

Anexo III – Consentimento informado;

Anexo IV – Análise das entrevistas - quadros temáticos.

## **Lista de tabelas**

Tabela 1. – Dados sociodemográficos dos participantes

Tabela 2. Dimensões da categoria *Origem*

Tabela 3. Temas emergentes do tema *Fases do desenvolvimento*

Tabela 4. Temas emergentes do tema *Eventos desencadeadores*

Tabela 5. Temas emergentes do tema *Representação do agente*

Tabela 6. Dimensões da categoria *Características*

Tabela 7. Temas emergentes do tema *Contexto e Locus*

Tabela 8. Temas emergentes do tema *Vozes ameaçadoras vs. Vozes amigáveis*

Tabela 9. Temas emergentes do tema *Decorrente da doença vs. Decorrente da experiência*

Tabela 10. Dimensões da categoria *Conteúdo*

Tabela 11. Temas emergentes do tema *Conteúdo negativo vs. conteúdo positivo*

Tabela 12. Temas emergentes do tema *Temas das vozes*

Tabela 13. Temas emergentes do tema *Vozes potenciadoras vs. Vozes limitativa*

## **Introdução**

No âmbito de Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica no Instituto Universitário das Ciências Psicológicas, sociais e da vida (ISPA), lecionada pelo Doutor Professor José Ornelas, este estudo, através de uma investigação colaborativa com os participantes da amostra, teve o intuito de explorar a experiência dos indivíduos que ouvem vozes, através da implementação de entrevistas relatadas na primeira pessoa.

A primeira fase deste estudo centrou-se na construção colaborativa do instrumento, particularmente do guião da entrevista, juntamente com os parceiros da investigação, através do método *focus group*. A segunda fase corresponde a uma exploração da experiência através da utilização da entrevista, para uma posterior análise temática e apresentação de resultados.

A escolha desta temática advém de um interesse particular pela experiência, assim como, de uma concordância com a mais recente abordagem que tem vindo a ser desenvolvida em torno da doença mental, particularmente, dos meios que fomentam o processo desenvolvimental do indivíduo. Assim sendo, a despatologização da doença torna-se congruente com o *recovery* do indivíduo, no sentido que gera um processo de *empowerment*, de participação na comunidade e de desempenho de papéis, tanto familiares, como educacionais e profissionais.

Nos últimos anos, vários autores articularam esta ideia através de estudos empíricos, onde certas evidências comprovam que esta nova visão acarreta mais benefícios para a saúde mental dos indivíduos. Romme e Escher tiveram um papel preponderante quanto à elaboração desta nova perspectiva e, com a criação do *Hearing Voices Movement*, foi possível satisfazer as necessidades e as expectativas dos indivíduos com experiência de doença mental.

Este estudo rege-se pela ideia de que conceções como estas, que são vistas como abordagens mais favoráveis, devem ser aprofundadas, de forma a compreender qual o processo de assimilação da experiência e qual o seu impacto na vida do indivíduo. No entanto, apesar dos esforços empreendidos até então, este ainda é um tema que carece de estudos empíricos. Deste modo, o meio mais eficaz passa por dar voz aos indivíduos que vivenciam esta experiência e que melhor a compreendem.

## Capítulo I - Enquadramento Teórico

### Ouvir vozes

O paradigma relativo à saúde mental sofreu uma mudança histórica na sua conceção, na qual a perspectiva de se tentar extinguir os sintomas referentes à doença mental tornou-se irrelevante, dando assim lugar a uma abordagem que atribui um significado interpretativo referente ao comportamento humano. Atualmente, esta mudança de paradigma e a realização de investigações teóricas e empíricas sobre temáticas que ganharam destaque neste âmbito, possibilitou questionar certas conceções acerca da experiência de ouvir vozes. Anteriormente, esta experiência era meramente considerada como um sintoma específico da psicose, designada de alucinação auditiva verbal. Patsy Hague (1987), ao considerar que a audição de vozes não era apenas um sintoma significativo de uma doença, mas uma parte fulcral da identidade do indivíduo, adotou uma inversão à relação convencional entre paciente e psiquiatra e atribuiu uma nova visão à compreensão desta experiência. Assim, em contexto terapêutico, orientou Marius Romme a atribuir um significado à sua experiência de ouvir vozes, de modo a que o mesmo pudesse aceitá-la e dar um sentido à mesma (Woods, 2013).

Foi através deste processo colaborativo que surgiu o *Hearing Voices Movement*, onde Romme e Escher postularam uma conceção diferente da audição de vozes. Este movimento possibilitou que a audição de vozes fosse vista como uma experiência subjetiva, própria à condição humana, onde o indivíduo adota uma resposta interpretável ao seu estado social, emocional e/ou interpessoal (Corstens, Longden, McCarthy-Jones, Waddingham & Thomas, 2014), fazendo com que o mesmo desenvolva uma identidade como ouvinte (Woods, 2013). Para além disso, Romme e Escher definem esta experiência como uma variação humana no confronto das emoções, em que experiências traumáticas se mostram de importância causal com a audição de vozes (Romme & Escher, 2010). Assim sendo, em resposta a experiências marcantes e a emoções avassaladoras relacionadas com o trauma, o indivíduo reage com dissociação ou regressão em relação às emoções, sendo que o resultado final desta sequência, poderá ser o surgimento da experiência de audição de vozes. Deste modo, pode-se constatar que, por vezes, os conflitos emocionais internos são externalizados através desta experiência (Longden, 2010).

No entanto, esta conotação da experiência com circunstâncias de vida traumáticas, não atribui necessariamente uma conotação negativa às vozes. Romme e Escher (1989),

através de um estudo empírico onde envolvia a participação de 450 ouvintes, constatam que os participantes começaram a ouvir vozes após um evento traumático, mas que a maioria relatou que experienciar as vozes foi uma espécie de *coping* que os ajudou a integrar e a superar esse evento marcante (Romme e Escher, 1989, citado em Salvini e Bottini 2011).

Outro ponto de vista acerca do surgimento das vozes é a ideia de que esta experiência faz parte da manifestação de uma voz interior. Assim sendo, concede-se a perspectiva de que as vozes fornecem ao ouvinte, informações ou mensagens pessoalmente pertinentes e onde são representados desejos reprimidos ou partes mal integradas do Eu. Considerando este ponto de vista, as vozes podem ser analisadas no sentido de ter um significado pessoal, intrínseco ao ouvinte e que salienta a importância de explorar as vozes, ao em vez de tentar “silenciá-las”, podendo assim conceder a oportunidade de fortalecimento pessoal (Liester, 1996, citado em Ritsher, Lucksted, Otilingam, & Grajales, 2004).

Igualmente, Fisher e Spiro (2010), defendem que os indivíduos que ouvem vozes, vivenciaram uma experiência significativa, que originou a criação de agentes adjuntos e a manifestação de uma voz interior, no sentido de proceder a uma compensação pela negligência emocional. Sacks (2013), apesar de estar focalizado no ramo da neurologia, no seu livro titulado por “Alucinações” adota esta visão integrativa acerca da experiência. Na perspectiva do autor, dado que o ser humano é uma espécie linguística, falar de si para si é um dos seus traços fundamentais. Assim, expõe que alguns autores pressupõem que as vozes podem resultar de uma incapacidade de reconhecer a linguagem interior, produzida pela própria pessoa.

A partir deste ponto de vista mais extensivo, o ouvinte de vozes passou a ser uma identidade mais frequentemente articulada e opositora das classificações psiquiátricas (Woods, 2013). Este contraste entre “ouvinte” e “esquizofrénico” também é explícito no relato de Eleanor Longden sobre a história da sua experiência. Eleanor ganhou um papel de destaque no *Hearing Voices Movement*, no qual deu o seu contributo para a mudança de paradigma, ao publicar estudos acerca do seu processo de *recovery*, bem como, estudos sobre a correlação entre a experiência, o trauma e a dissociação. A história desta autora é apresentada como uma transição de “esquizofrénico” para “ouvinte”, onde uma linguagem clínica de doença biológica, déficit e disfunção transforma-se numa linguística aberta à discussão de emoções, história pessoal e experiências (Woods, 2013).

### ***Empowerment e recovery***

Esta conceção mais recente e integrativa quanto às vozes permite igualmente uma nova abordagem para com o indivíduo com experiência de doença mental. Deste modo, foram postas em causa as rotulações que eram colocadas a estes indivíduos, de forma a desenvolver nos mesmos um processo de autodefinição. O desenvolvimento do *empowerment*, como forma de atribuir ao indivíduo um papel ativo no seu processo de *recovery*, fomentou a possibilidade ao indivíduo de retomar o controlo sobre a sua própria vida, assim como, de contestar o direito de ser decisor nas suas próprias escolhas e de ter acesso a recursos que o ajudem a melhorar significativamente a sua qualidade de vida. Atualmente, a terminologia consumidor/sobrevivente reforça a ideia de que o indivíduo com experiência de doença mental, passa a ter a oportunidade de praticar no consumismo ativo nos serviços de saúde mental e que, apesar de estar inserido numa cultura socioeconómica e política que o desvaloriza, tem agora a liberdade de lutar pela justiça social (Fisher & Spiro, 2010; Deegan, 1997).

Outrora, seria impensável que o indivíduo portador de doença mental, pudesse ser convidado a participar em conselhos e comissões, a ter um parecer no desenvolvimento das decisões políticas de saúde mental ou a avaliar os serviços de intervenção social e de saúde. No entanto, a adoção de novas medidas institucionais e políticas e a mudança da nomenclatura, que permitiu uma nova visão a esse respeito, não geraram o impacto transformador necessário. Assim, o principal desafio passa por modificar a relação entre as pessoas portadoras de doença mental e os técnicos de saúde. Apesar de constatar-se uma certa flexibilidade na execução de mudanças no sistema, integrá-las na comunidade é que permitirá vislumbrar uma mudança significativa. Deste modo, refutar os valores pelos quais o sistema se orienta é um aspeto essencial para que tais mudanças no sistema sejam contempladas (Deegan, 1997).

Daniel Fisher (1994) defensor da ideia de *empowerment*, desenvolveu um modelo designado de *empowerment model of recovery*. Como o próprio nome indica, trata-se de um modelo de *recovery* que incentiva o *empowerment*, onde a liberdade, o apoio interpares, o autocontrolo dos sintomas, a provisão de recursos adequados e o suporte social são incitados. Este modelo integra diversos princípios, pelos quais o indivíduo se deve reger, de forma a propiciar a promoção do *recovery*, entre os quais: o incitamento da esperança, como forma de reconhecer que a mudança é possível; a individualidade, no sentido de se incentivar o direito à cidadania plena; a conquista da autodefinição de

objetivos; a valorização do julgamento do indivíduo; a oportunidade de falar por si próprio; o apoio de pares; exterminação da discriminação; e o bem-estar.

A aplicação destes princípios fomenta a facilitação do *recovery* através do desenvolvimento de alternativas à institucionalização, da maximização do envolvimento do consumidor em todos os aspetos do tratamento, do estabelecimento de autoajuda e do consumo de serviços, da garantia de que os consumidores são genuína e eficazmente envolvidos em atividades promotoras da proteção dos direitos humanos e da melhoria da qualidade dos serviços e da promoção da tomada de decisão no que diz respeito ao acesso à habitação e aos serviços financeiros, educacionais, vocacionais e sociais (Fisher, 1994). Estes serviços orientados para o processo de *recovery*, fazem com que os índices de satisfação dos seus usuários tendem a ser mais positivos em termos de participação nos diversos domínios sociais e, conseqüentemente, fazem gerar uma maior integração social dos mesmos.

Neste sentido, foram criados movimentos defensores deste mesmo parecer, entre os quais, o *consumer/survivor advocacy* e o *independent living movement*. O *consumer/survivor advocacy* trata-se de um movimento que promove a ideia de que os indivíduos são condutores no seu processo de *recovery*, dando a possibilidade da aquisição de uma “voz” que os capacita à criação de uma vivência significativa, tendo por base os seus próprios princípios e valores pessoais. Um dos métodos que se rege por esta forma de pensar, são os grupos de autoajuda, que possibilitam a partilha de experiências de vida e do processo de *recovery* dos indivíduos (Fisher & Spiro, 2010).

Outro dos movimentos é o *independent living movement*, destinado aos indivíduos com certas limitações físicas e psicológicas, que visa o desenvolvimento de um papel dinâmico e decisivo por parte dos indivíduos. Assim sendo, este movimento rege-se por critérios que têm por base a justiça social e a defesa dos direitos civis, onde é fomentado o trabalho em estreita colaboração com outras organizações formadas por indivíduos com doença mental e a contratação de uma comunidade de ação direta capacitada para prestar assistência técnica aos membros dos grupos que agem em prol das mudanças do sistema de saúde mental (Deegan, 1992; Morris, 1993).

Um outro aspeto importante a reter sobre o *Independent living movement*, é a sua ascensão para uma filosofia de vida. A *Independent Living Philosophy* defende a noção de que o problema não reside no indivíduo, mas na existência de barreiras sociais, que propiciam essas circunstâncias. Esta ideologia também defende que o indivíduo tem o direito ao fracasso e à dignidade do risco, que deve ter uma voz ativa nos problemas que

ele próprio vivencia e que pode tornar-se especialista no seu próprio autocuidado, visto que essa autoajuda pode avivar outras possibilidades que a ajuda profissional não oferece. *Independent Living Philosophy* tornou possível a criação de iniciativas para a fomentação da justiça social, assim como, de centros de prestação de serviços e de advocacia controlados pelo consumidor, no sentido de atender às necessidades definidas pelos próprios (Deegan, 1992; Morris, 1993).

Em Portugal, esta mudança de paradigma também pode ser verificada. Anteriormente o sistema de saúde mental era pautado pela centralidade dos serviços psiquiátricos e estruturas institucionais geradas por congregações religiosas. Contudo, a partir de 1987 foi criada uma organização com o fim de promover um sistema integrativo com base em pressupostos de teor comunitário. Esta organização, denominada de Associação para o Estudo e Integração Psicossocial, contribuiu para a renovação do sistema de saúde mental em Portugal, orientada por dois eixos, o eixo estrutural focalizado nos recursos e serviços que permitem fornecer apoio educacional, habitacional e profissional e o eixo com base numa abordagem ecológica, no sentido de expandir as redes sociais, de forma a fomentar um papel ativo dos indivíduos com experiência de doença mental. Deste modo, foi possível a criação de condições propícias ao *recovery* do indivíduo, a partir de um fortalecimento pessoal, da sua participação no contexto comunitário, de um maior controlo sobre as decisões fulcrais na sua vida e da atribuição de papéis significativos de cariz profissional e familiar (Ornelas, 2007).

Assim, sob o incentivo deste tipo de abordagens, em Portugal houve uma diminuição da institucionalização. No entanto, o sistema de saúde mental que se centraliza nos hospitais psiquiátricos, continua a ser detentor de uma grande maioria de recursos, apesar da relevância em se ter constituído um sistema comunitário de suporte, que permite dar respostas teóricas e práticas numa era pós-hospitalar (Ornelas, 2007).

### **Desmistificação da audição de vozes**

Pienkos *et al.* (2019), numa revisão conceptual, preveniram para o facto de que o que é considerado um sintoma é afetado por paradigmas culturais. Os modelos clínicos e a linguagem da sociedade ocidental, em geral, não fornecem os conceitos que permitem referenciar as experiências subtis e flutuantes de certos indivíduos, restringindo-se apenas aos relatos que são descritos pelos indivíduos em contexto psiquiátrico. A experiência de

ouvir vozes está particularmente propensa a esta condição, devido ao facto da sua caracterização aparentemente simplificada, desmentir uma complexidade experiencial.

Assim sendo, uma panóplia de estudos tem vindo a comprovar que o contexto social e cultural pode afetar o significado e as características próprias de uma doença mental. Um estudo elaborado por Laroí *et al.* (2014), constatou que, de facto, pontos de vista diferentes sobre o que constitui a realidade verídica, podem afetar a forma como as experiências são relatadas. Assim, tendo como objetivo averiguar a influência da cultura no significado que é atribuído à audição de vozes, comprovou-se que existem diferentes taxas de incidência em diferentes contextos (Laroí *et al.*, 2014).

Um outro facto que vem a confirmar a imposição da expectativa cultural e social na forma como a doença mental adquire um carácter problemático, é a ocorrência da audição de vozes numa população não-psiquiátrica. O estudo de Faccio *et al.* (2013), que teve por base a análise fenomenológica das vozes em grupos não-psiquiátricos, verificou que estes indivíduos tentaram estabelecer um contacto favorável com estas experiências particulares, por considerá-las como sendo parte integrante da sua vida e não como algo que deveria ser suprimido. Outra observação feita por estes investigadores foi que, possivelmente, o contexto social destes indivíduos, teve um papel relevante na sua capacidade de discutir livremente as suas vozes e os aspetos referentes às mesmas. A experiência de ouvir vozes não os impedia de ter um elevado nível de funcionamento e por isso, concluiu-se que, ocasionalmente, a rotulagem de experiências como sendo patológicas, pode conduzir à estigmatização de alguns indivíduos como psicóticos e fazê-los sentir-se desse modo (Faccio, Romaioli, Dagani, Cipolletta, 2013).

David Rosehan, no seu artigo “*On being sane in insane places*” descreve a experiência de oito indivíduos sem antecedentes de doença mental, que se apresentaram num hospital psiquiátrico, fazendo-se passar por pseudopacientes e relatando a simples queixa de que estavam a ouvir vozes. Durante esse período, manifestaram um comportamento normal e descreveram as suas experiências e histórias clínicas anteriores. No entanto, foram diagnosticados com esquizofrenia o que, conseqüentemente, os levou a um internamento de mais de 2 meses, sendo sujeitos a medicação antipsicótica. Apesar de apresentarem um comportamento normal e de afirmarem que as suas vozes tinham desaparecido, o internamento não foi interrompido e nunca chegaram a ser identificados como pseudopacientes. Posto isto, pode-se concluir que a apresentação do simples sintoma de audição de vozes, foi razão suficiente para que fossem imediatamente diagnosticados com um quadro clínico de esquizofrenia, apesar da inexistência de

quaisquer outros sintomas. Este facto vem a comprovar que a sociedade em geral é subvertida pelo pressuposto que ouvir vozes é sinónimo de loucura e que unicamente ocorre no contexto de uma perturbação mental (Sacks, 2013).

Segundo Deegan (1992), rotular o indivíduo com uma doença mental faz com que haja uma perda do controlo sobre a sua própria vida, dando azo ao fenómeno denominado de *learned helplessness*. Este fenómeno, de acordo com Maier e Seligman (1976), refere que, na ocorrência de certos eventos incontroláveis, o organismo assume que existe uma independência entre o comportamento e os resultados adquiridos e que esta aprendizagem produz efeitos motivacionais, cognitivos e emocionais resultantes dessa falta de controlabilidade, pois o organismo torna-se incapaz de determinar as consequências do comportamento. Deste modo, os sintomas do *learned helplessness* poderão ser confundidos pelo profissional de saúde como os designados “sintomas negativos”, entre os quais, a raiva, a apatia, a submissão, a depressão, a ansiedade, a conformidade e a abstinência. Assim sendo, os indivíduos vêem-se confrontados com a recuperação, não só da doença mental, mas também dos efeitos do *learned helplessness*. Esta “quebra de espírito” inerente a este processo, pode resultar num maior número de consequências prejudiciais do que a doença em si. Por vezes, uma das formas do indivíduo expressar a indignação pela situação em que se encontra é através da manifestação da raiva. Muitas das vezes, a raiva serve como uma fonte motivadora, resultado de um estado de revolta, no entanto, também revela um núcleo de autoafirmação (Deegan, 1992).

Posto isto, é fundamental reconsiderar o modo como é percecionada a audição de vozes, tendo em conta os preconceitos e as convicções estabelecidas no âmbito social e cultural que ditam o significado e o impacto da doença mental. A formulação do indivíduo face à doença também deverá ser outro parâmetro a considerar, devido à possibilidade de ocorrer o fenómeno da *learned helplessness*, ao contrário da população não-clínica, que experiencia a audição de vozes com uma perspetiva integrativa. Assim, muitos dos ouvintes percecionam as vozes como um sinal anormal e rejeita-as como parte de uma experiência indesejada e insatisfatória, mesmo quando as vozes são benevolentes ou têm conteúdo positivo.

Neste sentido, Valavanis, Thompson e Murray (2019), desenvolveram uma meta-análise, no sentido de identificar e sintetizar os aspetos positivos das vozes, oferecendo uma perspetiva alternativa à audição de vozes, de forma a reduzir o estigma e o seu carácter patológico e a facilitar o desenvolvimento de intervenções centradas no indivíduo. Assim sendo, através de uma compilação de estudos, seis temáticas foram

identificadas em torno dos aspetos positivos desta experiência, entre os quais, a segurança e proteção que oferecem, a orientação, o bem-estar psicológico e emocional, o companheirismo, o crescimento e desenvolvimento pessoal e a interligação com crenças religiosas e espirituais.

Assim sendo, as vozes podem proporcionar segurança e proteção ao indivíduo, através da prevenção direta do perigo, chamando-o atenção em caso de necessidade ou proteção perante situações traumática, encorajando-o a manter a calma e ajudando-o a minimizar o medo e a recuperar o controlo da situação. Além disso as vozes positivas também podem proteger o ouvinte do impacto negativos das vozes angustiantes. Em termos de orientação, as vozes podem guiar o ouvinte em diversas circunstâncias, entre as quais, através do suporte ou proibição de um determinado comportamento, nas suas tarefas e atividades diárias, como um lembrete e orientação para tomar a medicação, em sugestões sobre o que deve comer ou beber, de forma a proporcionar a motivação necessária no sentido de reduzir a sua passividade. Para alguns, ouvir vozes os ajuda a concentrar e serve de input para reforçar o seu papel no mercado de trabalho. As vozes podem igualmente dar conselhos acerca do seu relacionamento com os outros e podem fomentar o desenvolvimento de uma força interior, percecionando a voz como parte do self. As vozes também podem ter um papel significativo dentro das suas redes sociais, especialmente quando integrados em grupos de indivíduos que vivenciam a mesma experiência, como forma de ensinar aos outros a lidar com as mesmas e a partilhar estratégias de *coping* (Valavanis, Thompson & Murray, 2019).

As vozes podem igualmente proporcionar bem-estar psicológico e emocional, estando associadas a vários efeitos positivos, entre os quais, sentimentos de tranquilidade, de amor, conforto, segurança e paz, o que, conseqüentemente, leva a um alívio da angústia e do sofrimento nos momentos de maior vulnerabilidade. As vozes também podem fornecer companheirismo, quando o ouvinte se sente isolado ou desconectado com as suas redes de apoio social, possibilitando uma interação, intimidade e proximidade, quer direta ou indiretamente. De uma forma indireta, as vozes possibilitam uma conexão social através de grupos de interajuda, proporcionando desta forma, um sentimento de pertença (Valavanis, Thompson & Murray, 2019).

Além disso, as vozes podem facilitar o crescimento e desenvolvimento pessoal, fazendo com que os indivíduos experienciem uma transformação na sua identidade, ou na forma como se relacionam com os outros e com o seu meio externo. Desta forma, as vozes têm o propósito de fortalecer os indivíduos, através do aumento da sua autoestima

ou de uma visão mais positiva mais amplificada no que diz respeito ao seu autodesenvolvimento. Os indivíduos também relatam um aumento da capacidade de comunicar as suas emoções com os outros, quando integram as vozes como sendo parte do “eu”, o que leva a um aumento da autoconsciência. Perante experiências de vida traumáticas, as vozes podem ser percebidas como um apoio que contribui para a sobrevivência do indivíduo e como parte de um processo de *coping* (Valavanis, Thompson & Murray, 2019).

Por último, os ouvintes relatam experiências de dimensão espiritual e religiosa em complemento como os fatores benéficos referidos anteriormente. As vozes são tidas como “espirituais” que fornecem proteção, aconselhamento e crescimento pessoal. Para certos indivíduos as vozes foram concebidas como sendo provenientes de Deus ou do mundo espiritual, permitindo uma consciência espiritual. A capacidade de comunicar com o mundo espiritual e ouvir vozes foi entendido como um dom espiritual ou como uma ligação com um “Eu superior”. Assim sendo, as vozes tornam o indivíduo capaz de prever o futuro, informá-lo do seu propósito de vida, vislumbrando como parte de uma narrativa pessoal, em oposição ao sintoma de uma doença (Valavanis, Thompson & Murray, 2019).

### **Origem, Características e Conteúdo das vozes**

Muitos indivíduos consideram libertador e respeitável, quando são questionados sobre as suas vozes, pois embora alguns tenham dificuldade em reconhecer as dificuldades subjacentes às mesmas, uma exploração sistemática de informações relevantes pode evidenciar as vulnerabilidades psicossociais do indivíduo e as circunstâncias contextuais que originalmente provocaram a audição de vozes (Longden, Corstens, Escher & Romme, 2012). Assim sendo, a consciência dos fenómenos, das consequências, das necessidades e a capacidade de fazer julgamentos acerca das experiências, permite ativar um insight relativamente às mesmas. Qualquer percepção da experiência e das consequências associadas à doença mental, é por si só, uma narrativa de acontecimentos históricos que está intrinsecamente envolvida com a capacidade do indivíduo atribuir um sentido aos eventos passados e enquadrar expectativas realistas do futuro. Assim sendo, possuir uma visão é ter uma história que tenha sentido pessoal, daquilo que aconteceu e do que ainda poderá ser feito (Lysaker, Yanos & Roe, 2009).

Após a consideração de tal facto, identificar as características topográficas das vozes, poderá levar a um maior reconhecimento acerca do impacto que as vozes têm sobre

o estado emocional do indivíduo e da sua capacidade de lidar com a experiência (Beavan, 2011). No entanto, a prática diagnóstica, tendencialmente, foca-se no formato da voz, isto é, na presença, frequência e intensidade da voz, do que no seu conteúdo. Estudar o conteúdo das vozes é essencial para compreender o seu papel no funcionamento do ouvinte. O estudo de Faccio *et al.* (2013), constatou que o grupo de indivíduos não-psiquiátricos, estabelece um contacto com as experiências como parte integrante da sua vida, uma vez que a identidade e o significado das vozes regem-se por crenças de valência emocional positiva, o que os leva a uma interpretação benevolente quanto às vozes. Deste modo, considera-se fundamental explorar os componentes auditivos por revelarem crenças subjacentes quanto à origem e ao impacto que as vozes têm na vida do indivíduo e por traduzirem a dificuldade do indivíduo em confrontar-se com a experiência (Corstens, Escher & Romme, 2008).

Tendo em conta esta visão amplificada, Beavan (2011), através do seu estudo acerca do desenvolvimento de uma conceção da experiência de audição de vozes com base nas características essenciais da experiência, concluiu que existem cinco temas abrangentes que encapsulam as características essenciais da experiência de ouvir vozes. Por se considerar que ouvir vozes é uma experiência humana normal, parte-se do pressuposto que existem características que são semelhantes em todos os ouvintes. Essas semelhanças podem ajudar a desenvolver uma definição que abrange a diversidade desta experiência auditiva. Essas temáticas incluíam, nomeadamente, o conteúdo da voz, a identidade da voz, o relacionamento com a mesma, o impacto emocional e a qualidade da realidade. Estes componentes são igualmente aprofundados na abordagem Maastricht de Romme e Escher, de modo a estimular o ouvinte a explorar a sua própria experiência e a criar alguma distância emocional das vozes. Segundo os autores, esta exploração fornece a base para uma formulação dinâmica psicossocial, com o intuito de compreender a origem e o propósito das vozes. Neste sentido, a entrevista é composta por diversas sessões, nomeadamente, a natureza da experiência, as características das vozes, a história pessoal da audição de vozes, o conteúdo das vozes, a origem das vozes, o impacto das vozes no modo de vida, o equilíbrio da relação entre a voz e o ouvinte, as estratégias de *coping*, as experiências na infância, a história do tratamento e a rede social (Corstens *et al.*, 2008).

Primeiramente, é fundamental explorar a origem das vozes, numa tentativa de compreender quais os eventos que desencadearam as mesmas, como o ouvinte percecionou o primeiro impacto com a experiência e quais os fatores psicossociais,

emocionais e interpessoais associados. Cortens e Longden (2013), com o pressuposto de investigar a origem das vozes, analisam e sintetizaram 100 casos de indivíduos que foram sujeitos a uma formulação psicológica, de forma a identificar temas comuns e recorrentes. Esta investigação teve o intuito de constatar as associações entre a audição de vozes e eventos traumáticos emergentes, no sentido de averiguar as ligações entre eventos de vida e as vozes, de forma a constituir um panorama realista e pertinente que fosse ao encontro de um processo de *recovery*. Deste modo, os autores consideram pertinente explorar as circunstâncias de vida proximais que precipitaram o aparecimento de vozes, ou seja, os eventos que ocorreram dentro de um período de seis meses antes do surgimento das vozes. Tendo este aspeto em conta, o evento desencadeado, que deu origem às vozes, pode estar relacionado com a identidade que o indivíduo atribui às vozes, de forma a personificá-la em termos de sexo, idade e nome ou através das características, como também, através do seu conteúdo. Neste estudo concluiu-se que em 45% dos participantes, as vozes são atribuídas a uma identidade de uma pessoa significativa, normalmente referente a um agente abusivo e que em 94% dos participantes, a experiência pode ser formulada como uma representação específica de um conflito socioemocional.

Em seguimento desta ideia, segundo Wilkinson e Bell (2016), existem diversos modelos etiológicos atuais acerca da audição de vozes, que defendem a ideia de que o surgimento da experiência é o resultado de uma falha no discurso interno. Estes autores defendem o pressuposto que, a representação dos agentes referentes às vozes, pode ajudar ao entendimento que como a experiência surgiu. Assim sendo, existem várias formas do ouvinte representar o agente, muitas das vezes sendo este específico e com diferentes graus de profundidade, podendo ter uma conceção rica ou escassa e frequentemente visto como um interlocutor com atos de fala comunicativos. Tais factos são verificáveis por haver, normalmente, conversas interativas do ouvinte com as vozes, como um reflexo das relações interpessoais no seu mundo social.

No entanto, este agente pode ser ausente, no sentido de que certas experiências auditivas podem não ser vocais e onde o zumbido poderá ser uma das maneiras mais frequentes de ocorrer. Contudo, isso não significa que não haja automaticamente a representação de um agente, apesar de não haver uma interação comunicativa. Além disso, também pode ocorrer o ouvinte não fazer uma distinção dos agentes, sendo que não há qualquer indicação que a voz representa um indivíduo específico ou qualquer distinção entre os agentes que representam as vozes, apesar de haver uma interação comunicativa e a voz se dirigir diretamente ao ouvinte (Wilkinson & Bell, 2016).

Quando o ouvinte confere uma representação do agente, é como se o indivíduo estivesse a atribuir uma identidade às vozes. Apesar do ouvinte, normalmente, ter a noção de que as vozes não se originam de seres reais, concede-lhes uma identidade de qualquer forma. Pode também atribuir um nome simbólico para cada voz, que muitas vezes é estereotipado e auxiliador no impacto emocional. Assim sendo, as vozes têm a sua própria biografia e padrões de comportamento, consistentes com as crenças do indivíduo (Beavan, 2011). Longden (2010) ao relatar a sua experiência, menciona a identidade de uma das suas vozes “He has named himself and given himself an identity. He has a physical form, Machiavellian and rather grotesque. He is the archetypal horror film figure. The other voices come and go and change but he has been present throughout the whole thing.” (p. 255).

Assim sendo, o agente pode ser individualizado internamente ou externamente. Quando o agente é interno significa que este é específico na mente do ouvinte ao longo do tempo e que as vozes estão associadas a um agente identificável por características individuais, contudo, sem quaisquer nominativas de referência. Estas são normalmente as vozes anónimas, mas que são rotuladas pelo indivíduo, como por exemplo “a velha desconhecida” ou “a de um homem com uma voz profunda”. Contrariamente, os agentes individualizados externamente são nos casos em que o ouvinte atribui um agente com identidade específica do “mundo exterior”. Assim sendo, normalmente representam o agente como um indivíduo conhecido, podendo ser, um membro familiar, celebridades ou até mesmo indivíduos fictícios ou não-corporais de cultura popular ou religiosa (Wilkinson & Bell, 2016).

Após a compreensão da origem das vozes, da perceção do indivíduo face às mesmas e da representação que o indivíduo faz ao agente, é igualmente fundamental explorar determinadas características das vozes. Assim sendo, é pertinente questionar o ouvinte se as expressões são verbais ou não verbais, se a intenção é malévola ou benevolente e se a localização espacial é interna ou externa (Cortens e Longden, 2013).

Outro dos pontos chave a ser explorado é o conteúdo das vozes. Beavan (2011) considerou que o conteúdo, seja ele negativo, positivo, neutro ou ambíguo, é relevante para o estado de espírito do indivíduo, na sua relação com os outros e nos pensamentos referentes ao passado e ao futuro. Observa-se que existem associações entre o conteúdo da voz e o mundo interno do ouvinte. Além disso, segundo o modelo de formulação da relação entre as vozes e a história de vida, Longden et. al (2012), consideram pertinente

explorar o que as vozes efetivamente diziam, através de citações de frases no sentido literal.

A capacidade do indivíduo para lidar com as vozes parece estar relacionada com o conteúdo, assim como com o sentido que se dá à experiência. Diversas pesquisas sugerem que a predominância de um conteúdo negativo é um relevante indicador psicopatológico. Num estudo elaborado por Beavan e Read (2010), constatou-se uma correlação significativa entre o conteúdo da voz e a reação emocional, mais concretamente que, a presença de um conteúdo negativo aumentava a probabilidade de uma resposta emocional negativa e, conseqüentemente, o recurso a serviços de saúde mental. Além do mais, indivíduos com reação emocional negativa estavam mais propensos a ouvir vozes por períodos mais longos, a ter um contacto mais conturbado com outros indivíduos e a ter pensamentos sobre os quais tinham menor controlo. Deste modo, foi possível concluir que o conteúdo é um componente crucial de compreensão que, quando desconstruído, torna possível uma redução do sofrimento experienciado. Outro aspeto a ter em conta é que o conteúdo e as crenças relativamente às vozes, estão associados à história de vida do indivíduo e à maneira como ele se sente em relação a si mesmo (Andrew *et al.*, 2008). Assim sendo, eventos traumáticos podem representar um mediador ou fator que contribui para o desenvolvimento de crenças sobre as vozes. Além disso, é relevante reconhecer que o conteúdo das vozes pode ser influenciado pela cultura. Assim, no estudo de Laroit *et al.* (2014), observou-se que os africanos rurais estão mais propensos a um conteúdo relacionado com o culto dos antepassados enquanto que os cristãos têm, tendencialmente, experiências detentoras de conteúdo acerca Cristo, Maria e Satanás.

Assim sendo, relativamente ao conteúdo, pode ser analisado se as vozes são comandos, se são críticas ou ameaçadoras, se fazem premonições, se fazem referências diretas ao evento desencadeador e se fornecem conselhos ou encorajamento (Cortens & Longden, 2013).

### **Implicações clínicas**

Ao longo dos anos, abordagens psiquiátricas tendencialmente mantiveram o foco na erradicação dos sintomas psicopatológicos. Durante um longo período, considerava-se que a extinção das vozes seria a melhor abordagem. Contudo, atualmente, a compreensão da experiência, a aceitação da mesma e o desenvolvimento de um relacionamento construtivo com as vozes, tem vindo a ganhar dimensões bastante

consideráveis. Neste sentido, as abordagens holísticas adquiriram um certo destaque, por reconhecerem domínios para além do meramente clínico e sintomático (Longden, Read & Dillon, 2018). Assim sendo, as implicações clínicas de uma abordagem dimensional são que, na doença mental, é necessário ir além do tratamento dos sintomas e ter em consideração outras dimensões da doença e da experiência (Stip & Letourneau, 2009).

Deste modo, é essencial a conceção de funcionamentos mais operativos, que contornem as adversidades inerentes ao contexto de saúde mental, de forma a haver uma melhor contenção do sofrimento do indivíduo e uma intervenção mais humanizada (Muñoz, Serpa Jr, Leal, Dahl & Oliveira, 2011). Eleanor Longden (2010) constata o quão benéfico foi ser vista como uma pessoa com uma história de vida e não meramente o produto de uma doença, “It was the first time that I had been given the chance to see myself as a person with a life story, not as a genetically-determined schizophrenic with aberrant brain chemicals and biological flaws and deficiencies that were beyond my power to heal.” (p.256). Assim sendo, os profissionais de saúde devem desenvolver um vocabulário mais abrangente, de forma a inquirir sobre os aspetos mais amplos da experiência e considerar questões referentes às vivências do indivíduo, não se limitando apenas a aspetos inerentes à doença (Pienkos *et al.*, 2019).

No processo de *recovery* é fundamental a contemplação de diversos fatores. A recuperação destes indivíduos passa por ter alguém que demonstre interesse pelo ouvinte como pessoa e que contrarie a tendência de haver uma aproximação negativa com os outros, que seja fomentada esperança, que haja um interesse em conhecer indivíduos que aceitam as vozes como reais e reconhecer a sua voz como pessoal. É igualmente importante que o indivíduo se torne ativamente interessado na sua experiência, que seja capaz de modificar a estrutura de poder referente às vozes e de reorganizar a maneira de lidar com as mesmas, de modo a modificar o relacionamento com as vozes. No seguimento desta visão, Romme e Escher concluíram que existem 3 fases essenciais no processo de *recovery*, nomeadamente, a incorporação da experiência, no sentido de a normalizar, a obtenção do controlo, em que se manifesta interesse pela experiência e é feita uma construção psicológica, e, por fim, a estabilização, fase onde é possível conceber escolhas e retomar o poder. Assim sendo, para que tais princípios fomentadores do desenvolvimento possam ser válidos, é necessário compreender a complexidade da exposição de tal experiência (Romme & Escher, 2010).

No sistema psiquiátrico, não é concedido ao indivíduo rotulado com esquizofrenia, a oportunidade de narrar a sua história, especialmente uma narrativa

referente à sua recuperação, por se considerar que o seu discurso seria incoerente, desorganizado e carente de um significado biográfico. Com a mudança de perspectiva, o *voice-hearer* passa a existir num ambiente de narrativas nos grupos de autoajuda e no *Movement Hearing Voices* (Woods, 2013). Adaptar este tipo de perspectiva e valorizar o potencial terapêutico da construção narrativa, pode ajudar a orientar o indivíduo para rotas mais construtivas. Assim, o clínico deve se disponibilizar para ouvir a narrativa do indivíduo, em vez de explorar ou ditar a realidade. Esta postura por parte do clínico permite que se forme um relacionamento mais forte e que se molde uma abordagem menos defensiva e rígida na compreensão de questões complexas. Deste modo, valorizar informações potencialmente úteis, concede ao indivíduo, a oportunidade de enriquecer a sua narrativa, por suscitar a capacidade de explorar os seus eventos pessoais (Lysaker, Yanos & Roe, 2009).

Assim sendo, a criação da abordagem Maastricht foi outro dos pontos chave para a gestão de um processo de *recovery* mais apropriado, no sentido em que permite ao ouvinte incorporar o significado das vozes e criar uma formulação dinâmica psicossocial, isto é, a conexão da experiência de audição de voz com a sua história de vida. Esta conexão só se torna possível através da alteração da comunicação deficitária e do modo exagerado e negativo do indivíduo em expressar os seus problemas emocionais (Woods, 2013). Deste modo, a formulação passa por responder quem as vozes representam e quais os problemas que manifestam. Quebrar o código de defesa, resulta da colaboração entre o ouvinte e o profissional, assim como, da participação em grupos de apoio (Romme & Escher, 2010; Longden, *et al.*, 2012), onde a partilha de narrativas possibilita o testemunho, a cura e a capacitação e assume uma função explicitamente terapêutica (Woods, 2013).

No seguimento desta abordagem, Corstens *et al.* (2008) apresentam algumas técnicas essenciais que fomentam o *recovery* do ouvinte. É fundamental elucidar o indivíduo para a importância de aprender a lidar com as dificuldades inerentes às vozes, de desenvolver novas estratégias, aprender a definir os seus próprios limites e a adquirir um maior controlo por meio de redução da ansiedade e frequência das vozes. Assim sendo, dar resposta às vozes, delinear as próprias escolhas e escrever um diário sobre as vozes, são meios para adquirir uma maior distância entre as vozes e o ouvinte. Além disso, lidar com emoções de valência emocional negativa é igualmente elementar e praticar a expressão dessas emoções em situações sociais, ajuda o indivíduo a lidar com as mesmas. Corstens *et al.* (2008) sugere algumas estratégias que possibilitam um reconhecimento do

propósito original das vozes e uma modificação da atitude para com as mesmas, a fim de criar uma relação mais frutífera. Tais estratégias são: 1) participar numa rede de indivíduos que partilham da mesma experiência, a fim de diminuir o estigma e aumentar a aceitação; 2) aceitar o passado e trabalhar a ansiedade e culpa associada; 3) aprender a lidar com as vozes; 4) consciencializar-se da experiência, criando distância e escolha quanto á mesma; 5) comunicar com as vozes, colocando questões acerca dos seus objetivos; e 6) descobrir as funções protetoras das vozes (Corstens *et al.*, 2008).

Diversos estudos, através de observações empíricas, puderam constatar diversas implicações clínicas, em prol aos pressupostos apresentados. Deste modo, destacou-se a conveniência em realçar as estratégias eficazes empregues pelos ouvintes para uma melhor gestão das vozes, privilegiando o desenvolvimento de estratégias de *coping*, com o intuito de inculcar um sentido de autoeficácia. Outro aspeto fundamental consiste em reforçar a natureza recíproca do relacionamento com a voz, essencialmente, se o indivíduo possuir um papel passivo, assim como, explorar formas de falar com a voz de uma forma assertiva. Por fim, explorar a forma como o indivíduo se dirige à voz, de forma a permitir que as mesmas fundamentem algumas das suas reivindicações e alegações (Chin *et al.*, 2009).

Existem vários elementos inerentes às vozes que devem ser tidos em conta numa intervenção clínica, especialmente, o conteúdo das vozes. O conteúdo enfatiza a ideia de que não devem ser feitas suposições quanto à natureza das vozes, mas sim uma verdadeira compreensão da experiência, de forma a averiguar as suas características inerentes. Se existe uma correlação entre o conteúdo negativo e o contacto com os serviços médicos, deve-se então ter em conta a exploração do conteúdo, por fornecer pistas importantes acerca dos eventos adversos da vida do indivíduo. Logo, abordagens psicológicas que trabalham eventos de vida conturbados e que contribuem para a gestão de stress contínuo, podem melhorar significativamente a manifestação e o impacto das vozes (Beavan & Read, 2010).

Apesar da importância em trabalhar o impacto inerente às vozes e a forma como os indivíduos podem lidar com as mesmas de uma forma mais adaptativa, outros aspetos devem ser tidos em conta, nomeadamente, a sua integração social. Dado o impacto social que a experiência de doença mental poderá causar nos indivíduos, a promoção de serviços de base comunitária permite a participação dos indivíduos em vários domínios sociais, a criação de laços sociais e o aumento do acesso a redes de interação social. Estes pressupostos permitem um aumento do sentimento de pertença à comunidade, de

circunstância de potenciam o sentido crítico e uma reciprocidade de apoio e suporte. A implementação destes pressupostos contribui para a prevenção de ruturas pessoais e sociais que permitem uma maior estabilidade e bem-estar dos indivíduos a longo prazo (Ornelas, 2007).

## **Capítulo II - Enquadramento do estudo e Abordagem metodológica**

### **Questão da investigação**

A presente investigação, destinada à exploração da experiência de ouvir vozes, é composta por duas fases. Uma primeira fase foi destinada ao processo de construção do instrumento, nomeadamente, o guião da entrevista, juntamente com os participantes da investigação colaborativa. Numa fase posterior, foi feita a aplicação da entrevista e de seguida foi utilizado o método de análise temática, como forma de explorar os resultados. Este estudo centra-se nas da primeira parte do guião elaborado, nomeadamente, na origem da experiência, nas características da experiência/ vozes e no conteúdo das vozes.

Posto isto, a principal questão de investigação deste estudo é: *qual a perspectiva da pessoa com experiência de doença mental acerca da sua experiência de ouvir vozes?*.

### **Objetivos da investigação**

O presente estudo tem como objetivo explorar a experiência de ouvir vozes e a perspectiva do ouvinte quanto à mesma. Assim, tendo em conta este objetivo, foi pertinente desenvolver a etapa de construção colaborativa do instrumento de estudo colaborativo junto dos participantes da amostra, pela complementaridade que isso acrescenta.

Quanto aos objetivos específicos, este estudo pretende averiguar a pertinência em adotar uma abordagem exploratória em relação à experiência de ouvir vozes; compreender aprofundadamente os elementos inerentes às vozes, particularmente, a origem da experiência, características da experiência/ vozes e o conteúdo das vozes; atribuir um valor significativo e simbólico à experiência e compreender a perspectiva através de quem o experiencia.

### **Investigação colaborativa**

A investigação colaborativa tem um efeito potencializador, no sentido em que permite aos indivíduos desempenhar um papel substancial no processo de suporte de pares e nos serviços prestados pelos profissionais (Ornelas, 2007). Além disso, resultados empíricos demonstram que processos de *empowerment* tendem a ser fomentados quando os indivíduos participam em ambientes comunitários de capacitação. O termo capacitação não se refere apenas a uma dimensão intra-individual, mas acima de tudo reforça a relevância do contexto. As capacidades que aqui são referidas dizem respeito a uma combinação entre habilidades pessoais e de circunstâncias externas, incluindo arranjos sociais e políticos, pois certos fatores sociais têm um impacto crucial na forma como os indivíduos se posicionam e desempenham o seu papel, em fluência ao acesso a

oportunidades e aos meios para exercer a sua autonomia (Monteiro, Aguiar, Sacchetto & Ornelas, 2014; Sacchetto, Ornelas, Calheiros, & Shinn, 2018).

Um estudo efetuado por Monteiro *et al.* (2014), que teve presente um quadro de ambientes comunitários de capacitação, evidenciou que as organizações de saúde mental de base comunitária promovem a mudança para o *recovery* dos indivíduos e que uma parceria colaborativa com os mesmos, é relevante para atingir o objetivo imposto pela organização. Deste modo, verificou-se que esta parceria fornece uma estrutura generalizada em diversas dimensões com o objetivo de configuração, onde todos os membros foram considerados um recurso essencial. Além disso, este tipo de iniciativa cria oportunidades para contactos interpessoais diretos, o que se torna benéfico para a promoção da capacitação do indivíduo e para a mudança na comunidade. É de salguardar que, para além da mudança das condições circundantes e das suas vidas pessoais, a participação dos indivíduos com experiência de doença mental, gera um ciclo contínuo de reflexão, prática e conquista dos respetivos membros (Monteiro *et al.*, 2014).

Uma investigação colaborativa consiste numa abordagem de cooperação, onde ambos os parceiros no processo de pesquisa estão submetidos às mesmas condições, tanto ao nível do contributo como da participação, de forma a satisfazer o interesse de ambas as partes (Minkler & Wallerstein, 2003, citado por Ornelas, Aguiar, Sacchetto & Monteiro, 2012). A pertinência desta partilha de conhecimento, são os ganhos adquiridos pelos agentes envolventes, no sentido em que os detentores da experiência irão dar uma contribuição valiosa à teoria e os resultados advindos da investigação darão o seu contributo à comunidade.

Assim, os membros da comunidade e os representantes das organizações, através da sua participação ativa na equipa de investigação, poderão orientar as necessidades e os objetivos em prol da comunidade e não apenas das necessidades do investigador. Deste modo, de acordo com Kelly (2003), Espino e Trichett (2008), para que as parcerias colaborativas sejam estabelecidas de uma forma adequada, a relação proposta entre os seus parceiros deve cumprir certos valores fundamentais, nomeadamente, o compromisso e a reciprocidade (citado por Ornelas Aguiar, Sacchetto & Monteiro, 2012).

A denominação de emergência no contexto das ciências sociais, normalmente, designa o crescimento de metodologias qualitativamente outrora inexistentes, onde são elaboradas novas abordagens sistémicas para a mudança da teorização. Assim sendo, a investigação colaborativa permite a modificação de aspetos do sistema, não só através de uma nova forma de externalizar o conhecimento, mas também através da alteração da

perspetiva do investigador, da modificação das relações interpessoais e dos recursos materiais e financeiros (Zittoun, Baucal, Cornish & Gillespie, 2007).

### *Focus group*

Para que a investigação colaborativa seja efetuada com sucesso, é necessário que entre os parceiros haja um encontro assíduo e frequente. Assim sendo, é fundamental que se recorra às técnicas que complementam tal efeito, sendo o *focus group* uma das mais adequadas ao processo. Assim sendo, o *focus group* é uma técnica que permite a troca de sentimentos, pensamentos e perceções entre vários indivíduos acerca de uma ou mais temáticas de interesse (Jones, Newsome, Levin, Wilmot, McNulty & Kline, 2018). O termo *focus* enfatiza que o grupo irá discutir um tema em específico em vez de generalidades (Boddy, 2005; citado em Masadeh, 2012). Além disso, permite a partilha de narrativas individuais acerca da história de vida dos indivíduos e das suas experiências, relevando dimensões exploratórias que, através da utilização de técnicas de recolha de dados convencionais, permaneceriam inexploradas (Kitzinger, 2005).

Assim sendo, trata-se de uma técnica destinada a desenvolver e a formular informações referentes ao objeto de estudo e adquirir a uma diversidade de perspetivas dentro de uma rede social. Este aspeto é particularmente relevante, essencialmente, se o tema em questão for muito específico ou que se carecer de estudos empíricos, ou ainda se o objetivo for a conceção de um instrumento. Outro dos aspetos a ter em conta no grupo é a interação entre os membros que o constitui, o que implica que o investigador deve tentar manusear a troca de ideias e experiências, o uso de retórica e as mudanças de acordo e desacordo (Kitzinger, 2005).

Os grupos são, normalmente, constituídos por um pequeno número de participantes, em que um deles é moderador da discussão e tem um papel indispensável na determinação do sucesso do *focus group*. É conveniente que consista num grupo homogéneo, ou seja, que os participantes partilhem de características comuns em prol do propósito da investigação. Normalmente a amostra é intencional, no sentido de reunir os inquiridos que possuem as características homogéneas desejadas, de forma a obter igualdade das contribuições no ato da discussão. Contudo, há que ter em consideração que demasiada homogeneidade poderá limitar a sucessão de perspetivas (Jones *et al.*, 2018; Masadeh, 2012).

O *focus group* é geralmente utilizado em diversos estudos, uma vez que consiste numa metodologia capaz de gerar itens em prol do desenvolvimento de um questionário

que integra o estudo. Também permite ao investigador focalizar-se aprofundadamente, no tema central do estudo, de forma a atingir *insights* significativos, assim como recolher uma diversidade de informações e opiniões provenientes de um grupo de indivíduos, num curto espaço de tempo. Trata-se de uma técnica eficaz quando combinado com outros métodos de recolha de dados, como forma de maximizar as fontes de recolha de dados. Outra das vantagens da utilização do *focus group* é que por vezes, os indivíduos estão mais dispostos a expor as suas ideias quando estão inseridos num grupo, do que em entrevistas individuais (Kitzinger, 2005). No entanto, há que ter em conta que se trata de um processo demorado e que requer disponibilidade e assiduidade por parte dos elementos que constituem o grupo (Masadeh, 2012).

### **Metodologia de análise temática**

De forma a analisar o testemunho dos participantes através das entrevistas, foi utilizado a metodologia de análise temática para explorar os dados adquiridos. A utilização desta metodologia deve-se ao facto da análise temática ser um método fundamental para a análise qualitativa, sendo caracterizado pela sua flexibilidade e independência quanto à teoria e epistemologia, o que pode fornecer uma análise complexa e detalhada dos dados. A análise temática permite identificar, analisar e organizar padrões e significados através dos dados qualitativos, em busca de temas que emergem da descrição da experiência (Braun & Clarke, 2006).

Deste modo, os temas são um padrão específico de significado encontrado nos dados, que capta algo importante referente à questão de investigação, logo a determinação dos temas depende da questão de pesquisa e da abordagem epistemológica adotada. Assim sendo, a componente teórica de um tema é algo que o investigador deve determinar previamente e não algo que seja prescrito pelo método, assim como, o estabelecimento de critérios claros e explícitos para o que pode ou não ser codificado dentro de um tema (Willig, 2013).

Existem dois grandes quadros teóricos que podem ser utilizados para teorizar os resultados de uma investigação que use a análise temática, a teoria fenomenologia social e a teoria das representações sociais. A primeira teoria diz respeito à compreensão de aspetos da vida diária da realidade social de um grupo de indivíduos, onde a análise temática possibilita que sejam identificados temas que traduzem os significados atribuídos às experiências dos indivíduos. A segunda teoria comporta as várias formas que os fenómenos sociais são conceituados e representados pelos indivíduos,

organizações ou instituições e a evolução dessas tais representações (Willig, 2013). No geral, a análise temática trata-se de um método que reflete a realidade e que desfaz e desvenda a superfície dessa “realidade” (Braun & Clarke, 2006).

A análise temática pode gerar significados latentes, o que reflete a interpretação do investigador face aos dados, ou significados manifestos, que evidenciam o conteúdo explícito. Além disso, existem dois tipos de abordagem que podem ser aplicados tendo em conta os dados. A abordagem indutiva diz respeito à análise dos dados sem que haja um quadro de codificação previamente estabelecido, os temas que emergem deste tipo de abordagem são fundamentados pelos dados e não refletem um compromisso teórico. Quanto à abordagem dedutiva, a análise é feita a partir de uma literatura relevante, sendo que os dados são codificados a partir da mesma e de onde derivam os temas. Dado que a abordagem dedutiva recorre à teoria, esta é altamente interpretativa, no entanto, uma abordagem indutiva também pode envolver um elevado nível de interpretação e de uma maneira ou de outra, é possível decifrar significados latentes (Willig, 2013).

Apesar da sua flexibilidade, a análise temática deverá cumprir uma série de fases e responder a uma série de questões que devem ser consideradas antes da análise dos dados, sendo necessário um diálogo reflexivo acerca dessas questões durante todo o processo analítico. Deste modo, deve ser definido o que conta como um tema, se o investigador deverá fazer uma rica descrição do conjunto de dados ou um relato detalhado sobre uma aspeto em particular, se deverá adotar uma abordagem indutiva ou dedutiva, se deverá extrair dos dados um significado manifesto ou latente, entre outras questões que sejam relevantes para efetuar análise (Braun & Clarke, 2006).

Após a determinação dos aspetos referidos anteriormente, outro fator fundamental consiste em definir a questão de investigação, de forma a assegurar que o investigador é claro quanto à identificação e comparação de temas, assim como, à teorização do fenómeno com base nos temas. De seguida, o investigador deverá familiarizar-se com os dados, lendo e relendo diversas vezes o material e tomando notas das ideias iniciais, de forma a poder proceder à codificação dos mesmos. Nesta fase, o investigador começa a desenvolver algumas ideias sobre a natureza dos dados e sobre a sua relevância quanto à questão de investigação. A codificação dos dados envolver trabalhar o texto, de forma a identificar as unidades de significação e a rotulá-los com um código, que irá captar o significado contido dentro de um segmento. Um segmento de texto poderá dar mais do que um código e o padrão contido entre os vários códigos irão refletir sobre o significado subjacente e de onde irão derivar os temas reais. O segundo nível de codificação envolve

integrar os vários códigos descritivos em códigos de nível superior. A etapa seguinte será a identificação de temas, destacando os segmentos com maior significância. Para tal, o investigador deverá adotar um conjunto de critérios, com base na questão de investigação e que irão ajudar a determinar o que deve ou não ser considerado um tema. Os temas devem permitir ao investigador contar uma história sobre os dados, através da representação das conexões e relações entre os temas, de forma a ilustrar mapas temáticos. Esta fase é finalizada com a revisão dos temas identificados, de forma a construir um quadro explicativo sobre os temas emergentes. Após a finalização desta fase, deve ser constituído uma resposta parcial à questão de investigação, através da elaboração de um relatório (Willig, 2013; Braun & Clarke, 2006).

Apesar das múltiplas vantagens da análise temática, desde a sua flexibilidade, facilidade, rapidez em como se procede à utilização do método e de ser um método fundamental quando aplicado a um paradigma de investigação participativa, permitindo interpretações sociais e psicológicas dos dados, entre outros, este método também apresenta algumas limitações. Uma das limitações que poderá ocorrer quanto à sua utilização, é a rigidez com que se codifica os códigos que foram estipulados previamente com base na literatura, não dando espaço a novos insights que possam surgir a partir dos dados. Outra das limitações é a elaboração de uma análise pouco convincente, onde os temas não apresentam coerência ou consistência e onde há demasiada sobreposição entre os temas. A incompatibilidade entre os dados e as reivindicações analíticas que são feitas, poderá representar outra limitação da utilização desta metodologia (Braun & Clarke, 2006).

## Capítulo III – Estudo empírico

### Participantes

Os participantes deste estudo foram parceiros numa das etapas do processo de investigação. A parceira desenvolveu-se através da AEIPS – Associação para o Estudo e Integração Psicossocial, uma organização não governamental, que visa promover um sistema de serviços de cariz comunitário para pessoas com experiência de doença mental, com base no paradigma do processo de *Recovery*. Profissionais, consumidores e familiares criaram esta associação no sentido de conceber alternativas capazes de fornecer um suporte promotor da integração na comunidade, em oposição à institucionalização em Portugal (Ornelas *et al.*, 2012).

Deste modo, os participantes que compõem a amostra são utentes da AEIPS, elegíveis para o estudo e selecionados pela organização, com o consentimento dos próprios. Além disso, são participantes que se inserem nos critérios essenciais para a seleção da amostra, nomeadamente, (1) indivíduos que vivenciam a experiência de ouvir vozes, de forma explícita ou subentendida; e (2) indivíduos que tenham interesse em partilhar a sua experiência de forma voluntária.

Tabela 1. Dados demográficos dos participantes

Código	Idade	Sexo
P1	47 anos	Feminino
P2	58 anos	Feminino
P3	54 anos	Feminino
P4	51 anos	Masculino
P5	42 anos	Masculino

### Instrumento

O instrumento utilizado para a recolha de dados foi um guião de entrevista semi-estruturada (ver anexo II) constituído juntamente com os participantes da investigação colaborativa. Este guião teve como intuito recolher o depoimento dos participantes que ouvem vozes de forma a explorar as componentes desta experiência. Assim sendo, este guião é composto por cinco categorias, entre as quais, origem, características, conteúdo, experiência, estratégias e impacto.

O guião da entrevista foi construído através de um *focus group* por ser uma metodologia que permite aos investigadores focalizarem-se no objetivo principal do

estudo, através da partilha de experiências e conhecimento dentro de um grupo, capaz de gerar questões relevantes acerca do tema em análise (Kitzinger, 2005).

## **Procedimento**

Para a realização deste estudo, primeiramente, estabeleceu-se contacto com a associação AEIPS, como forma de constituir uma parceria de investigação colaborativa com os utentes da organização. Assim, numa primeira fase do processo, e tendo em vista os pressupostos de uma investigação colaborativa, foi organizado um *focus group*, num total de quatro sessões, constituído por quatro participantes da AEIPS, uma técnica da instituição, Dra. Sónia Amaral, e duas discentes do ISPA. Com o intuito de priorizar o conhecimento da própria experiência dos participantes, todas as partes interessadas foram envolvidas nas tarefas do processo de construção do instrumento que foi posteriormente aplicado aos participantes.

Numa primeira sessão, houve uma apresentação formal de ambos os parceiros e uma exposição dos objetivos da investigação. De seguida, a técnica da AEIPS esclareceu alguns pontos-chave da metodologia colaborativa, particularmente, no que consistia as responsabilidades, deveres e papéis de ambas as partes do acordo. Ao longo desta sessão, ocorreu uma partilha mútua de conhecimento, de autores, de estratégias, de depoimentos da sua experiência e de questões de achavam pertinentes fazer parte da construção do guião.

Numa segunda sessão, uma das participantes que inicialmente se propôs a participar no *focus group*, recusou-se a continuar a desenvolver a sua participação, devido à dificuldade em lidar com o impacto emocional do processo de exploração desta experiência. Contudo, nesta sessão, as restantes participantes apresentaram as questões que acharam ser mais pertinentes para a criação do guião da entrevista (ver anexo I), assim como, a desconstrução de cada questão proposta pelas participantes, no sentido de compreender a sua relevância e o raciocínio elaborado em volta da questão. Em simultâneo, a técnica profissional teve a desmistificar algumas ideias preconcebidas de uma das participantes, que focalizou as suas questões em conteúdos do foro patológico. Desta forma, discutiu-se a importância da experiência individual de cada um.

Após esta sessão ficou agendada uma outra, com o intuito de se realizar uma análise mais detalhada às diversas questões pertinentes, colocadas pelas mesmas, de forma a conseguirmos agrupar em diversas categorias. Estas categorias foram propostas pelos participantes, nomeadamente, Origens, Características, Conteúdo, Experiência,

Estratégias e Impacto. Posto isto, concedeu-se à finalização da construção do guião da entrevista, que posteriormente sofreu aprovação externa, nomeadamente, do orientador do presente estudo.

Neste seguimento, a última sessão foi marcada pela apresentação final do guião organizado e estruturado, onde as questões foram novamente revistas e analisadas, de acordo com as indicações da sessão anterior. Após a aprovação do guião da entrevista, por todos os parceiros da investigação, definiu-se qual o procedimento de resposta ao guião. Assim sendo, foi feita uma estimativa de que a entrevista teria uma duração de, aproximadamente, 45 minutos/ 1 hora e por sugestão das participantes, acordou-se que as entrevistas seriam efetuadas na AEIPS.

### **Considerações éticas**

Para a elaboração de um trabalho científico é necessário ter em conta diversos princípios éticos, que visam proteger o participante do estudo. Por isso, neste sentido, elaborou-se a carta do consentimento informado (ver Anexo III). Neste documento consta a identificação do investigador e a assinatura do participante, como forma de garantir o seu consentimento. Sempre salientando o respeito pela identidade e privacidade dos participantes, garantindo sempre o anonimato e sigilo profissional. Por isso, de forma a garantir o anonimato, foram atribuídos códigos à amostra, através de letras e números, sendo retirado todas as referências identificativas.

## Capítulo IV – Resultados, Análise dos resultados e Conclusões

### Apresentação dos resultados

Uma vez feita a análise das entrevistas, que suscitou diversas constatações e de onde advieram diferentes temas emergentes (ver anexo IV), os resultados são uma exposição dos temas principais que se destacaram de tal análise. A constituição dos temas principais deveu-se à constância de um padrão relevante que se destacou dos temas emergentes nas entrevistas de cada um dos participantes (ver tabelas 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12 e 13). Contudo para um melhor entendimento do que abrange cada categoria (origem, características, conteúdo) foram construídas tabelas (ver tabelas 2, 6 e 10) para compreender as dimensões subjacentes a cada categoria.

#### *Origem*

A *origem* diz respeito ao componente que alude para a compreensão de como a experiência foi desencadeada, de como foi o primeiro contacto do indivíduo com a mesma, qual a sua perspetiva quanto ao seu surgimento e quais os agentes que lhe são atribuídos. As questões da entrevista foram direcionadas de forma a explorar todos esses fatores, no sentido de desvendar a história da origem das vozes e da experiência dos participantes. Assim sendo, após a análise das entrevistas, os temas principais que emergiram da categoria *origem* foram *fases do desenvolvimento*, *eventos desencadeadores* e *representação do agente*.

Tabela 2. Dimensões da categoria *Origem*

<b>Origem</b>
Origem da experiência
Origem das vozes
Fases do desenvolvimento em que surgiu a experiência
Eventos que desencadearam o surgimento das vozes
Representação do agente dado o 1º contacto com as vozes
Identidade atribuível

#### *Fase do desenvolvimento*

Tabela 3. Temas emergentes do tema *Fases do desenvolvimento*

<b>Fases do desenvolvimento</b>
Final da adolescência
Jovem adulto
Infância

Um dos temas que prevaleceu ao longo das entrevistas foi a *fase do desenvolvimento* em que as vozes surgiram. Verifica-se que a fase do desenvolvimento

dentro dos participantes da amostra é diversificada. Assim sendo, no participante 1, o surgimento das vozes deu-se no final da adolescência, após esta fase marcante no seu desenvolvimento, “*no fim da adolescência, por volta dos 18 anos (...) vivi traumas marcantes na minha adolescência (...) que os meus sentimentos da adolescência eram muito profundos*”. Igualmente, no participante 2, as vozes surgiram após uma fase turbulenta na sua adolescência, “*...apareceram por volta dos vinte, vinte e pouco anos.*”. O participante 4 também fez referência à fase de desenvolvimento em que se iniciou a sua experiência e ao contrário do participante 1 e 2, as vozes surgiram durante a sua infância, “*Logo muito pequenino, aí uns 4 anos.*”

### ***Eventos desencadeadores***

Tabela 4. Temas emergentes do tema *Eventos desencadeadores*

<b>Eventos desencadeadores</b>
Bullying
Alteração do comportamento
Retraimento social e fraco desempenho escolar

A experiência de ouvir vozes normalmente comporta uma série de fatores circunstanciais que o desencadeiam. Ao analisar as entrevistas foram constatados *eventos desencadeadores* de 3 dos 5 participantes e que, possivelmente, deram origem à audição de vozes. Os eventos relatados pelos participantes tinham uma conotação traumática associada e foram acontecimentos circunstanciais que marcaram o seu desenvolvimento.

Relativamente ao participante 1, este relatou ter sido vítima de bullying por parte dos seus colegas, durante a sua adolescência e acredita que o surgimento das vozes pode estar associado aos fatores vulneráveis subjacentes a esse evento, “*É uma maneira dos meus sentimentos recalçados, resultantes do bullying que fui alvo na escola, extravasarem na forma de alucinações visuais e auditivas*”. O participante 2, não pormenoriza o *evento desencadeador*, mas relatou que uma mudança repentina na sua forma de ser e de estar, durante a sua adolescência, “*De um momento para outro, deixei de ser quem era.*”. Tais circunstâncias levaram a que o participante manifestasse um maior retraimento social e um baixo desempenho escolar. Após esse período de maior instabilidade emocional, as vozes surgiram.

Relativamente ao participante 5, o evento que desencadeou o surgimento da experiência, foi após a sua detenção. Certas emoções foram associadas ao evento, particularmente a culpa e a vergonha, que deram origem a uma voz “proveniente de

Deus”, tal como relata o indivíduo, atribuindo uma conotação penosa, uma espécie de “castigo divino”, “...sentia a voz como se fosse um Deus (...) tenho de pedir que me perdoem e que eu continue a rezar”. Quanto aos restantes participantes, estes não referiram nenhuma circunstância ou evento que pudesse ter incitado o surgimento de audição de vozes.

### ***Representação do agente***

Tabela 5. Temas emergentes do tema *Representação do agente*

<b>Representação do agente</b>
Multiplicidade de identidades
1ª identidade atribuída às vozes
Agente individualizado externamente
Agente ausente
Proveniente de agentes conhecidos
Imprecisão da identidade

Outro dos temas principais que surgiram na categoria *origem* foi a *representação do agente*. Subjacente a esta temática, está a noção de identidade, à qual o indivíduo atribui às vozes.

Assim sendo, o participante 1 conferiu um *agente* referente ao seu mundo externo, sendo que a identidade que atribui é um reflexo das relações que vivenciou quando era vítima de bullying, “*Eram agressivas e competitivas e estas eram colegas do liceu*”. Atualmente, as vozes adquiriram múltiplas identidades. O participante 2 não atribui uma identidade específica, mas revela as vozes como sendo suas “companheiras” “...*depois dos 20 anos, as vozes andam comigo, parece que são minhas amigas...*”. O participante 3 apenas alude que os seus agentes são não-vocais, correspondem a agentes conhecidos, maioritariamente, os psiquiatras, que a vigiam e controlam constantemente, “*acredito que as minhas pessoas conhecidas, sabem se estou a ouvir música, ou melhor acredito que as pessoas conhecidas, as psiquiatras, tem acesso aquilo que eu estou a fazer*”.

O participante 4 sente alguma dificuldade em determinar a identidade/ agente das vozes, apenas revela a duplicidade de género da voz, “*não faço a mínima ideia, foi de uma mulher (...) varia, às vezes é de homem, às vezes é de mulher, às vezes é homem e mulher a falarem.*”. Relativamente ao participante 5, o agente/ identidade é personificado num sentido metafórico, as vozes adquiririam uma identidade alusiva à religião e refere como sendo uma voz feminina, “...*sentia a voz como se fosse um Deus (...) voz feminina...*”

### ***Características***

Da categoria *características* emergiam certos temas que dizem respeito a certas particularidades acerca das vozes e da experiência em si, nomeadamente, o *contexto* e o *locus* das vozes, se as vozes são de natureza ameaçadora ou amigável e qual a perspetiva do ouvinte face à experiência associada à doença mental.

Tabela 6. Dimensões da categoria *Características*

<b>Características</b>
Características das vozes
Características da experiência
Contexto onde as vozes surgem
Locus espacial em que surgem
Carácter das vozes
Perspetiva do indivíduo acerca da causalidade das vozes

### ***Contexto e Locus***

Tabela 7. Temas emergentes do tema *Contexto e Locus*

<b>Contexto e Locus</b>
Contexto de maior exposição
Veracidade das vozes
Proveniente do meio externo
Proveniente da televisão

Relativamente ao *locus* da voz, esta pode ser interna ou externa ou ainda, em certos casos, provir de ambas as localizações. O *contexto* faz referência aos meios circunstanciais em que o ouvinte tendencialmente ouve as vozes. Podem advir quando estão em contextos sociais ou quando se encontram sozinhos. Segundo o relato dos participantes, o contexto de onde provêm as vozes, pode também influenciar a veracidade das vozes.

Segundo o participante 1, a *locus* das suas vozes é tanto externa como interna, referindo que por vezes o som provém do exterior e que noutras circunstâncias influencia os seus sentimentos e pensamentos, “*surgem tanto do interior como do exterior. Tenho sentimentos e pensamentos que surgem do exterior. O som das vozes a virem do exterior.*”. O participante 2 relatou que o *locus* das suas vozes era externa e essencialmente provinham da rua “*...surgem da rua porque quando eu vou ouço vozes.*”. Também percecionando a experiência como tendo uma localização externa, o participante 3 descreve que as sensações inerentes à experiência, provêm de um *locus* externo, ao qual atribui aos sons, acreditando que a razão pela qual a existência dos mesmos é subjacente

a si mesma, “*são coisas externas, eu interpreto os sons de uma maneira, acreditando que sou a causa desses sons, que os sons existem por minha causa.*”. Ainda manifestado de outra forma, o participante 5 também localizou as suas vozes como sendo de uma fonte externa, contudo, associado a uma fonte de natureza religiosa “*...pensei que fosse, portanto, Deus (...) daí que pensei que as tivesse a crer perceber se era para mim.* Contrariamente aos restantes participantes, o participante 4 situa as suas vozes como tendo uma localização interna, por invadirem os seus pensamentos com conteúdos de natureza distinta aos pensamentos que decorrem no momento, “*eu às vezes tou a pensar numa coisa, e ouço vozes de outra coisa, que nem tem nada a haver com o que estava a pensar.*”.

Relativamente ao *contexto*, no participante 1, as vozes normalmente surgem em contextos onde se sente mais exposta e que lhe são pouco familiares, sendo mais habitual surgir de conhecidos e quando utiliza meios de transporte, “*surgem também de conhecidos, autocarro, metro e comboio.*”. O participante 2 afirma que as vozes surgem da rua, o que o faz duvidar da sua veracidade, “*parece que estão a dirigir-se a mim, parece que são vozes, mas são reais.*”. Igualmente o participante 4 também ouve as vozes da rua e procura por um agente externo verídico, “*Às vezes vou na rua sinto a chamarem pelo meu nome, viro para esquerda e para a direita e não vejo ninguém.*” O participante 3, afirma que o conteúdo provém da televisão e tem a percepção que o conteúdo que está a ser transmitido é-lhe dirigido e que tem uma mensagem subjacente, “*Da TV! Eu acredito que quando estou a ver televisão que aquilo que estou a ver, sabem aquilo que estou a ver.*”. O participante 5 não especificou as circunstâncias contextuais em que ouve as vozes.

### ***Vozes ameaçadoras vs. vozes amigáveis***

Tabela 8. Temas emergentes do tema *Vozes ameaçadoras vs. Vozes amigáveis*

<b>Vozes ameaçadoras</b>	<b>Vozes amigáveis</b>
Evasão de pensamentos	Vozes companheiras
Experiência ameaçadora	Voz diligente
Sensações desagradáveis	
Ameaça circunstancial	

Ainda dentro da categoria das *características*, o ouvinte também poderá atribuir um carácter amistoso ou ameaçador às vozes. Para tal, esta atribuição depende do conteúdo que está a ser manifestado e da relação que o ouvinte tem com as suas vozes.

Contudo, também pode o ouvinte não atribuir um carácter à voz ou ainda as vozes manifestarem períodos de maior amistosidade e períodos de maior ameaça.

Assim, o participante 1 sente as suas vozes como sendo essencialmente ameaçadoras, mas progressivamente as vozes têm-se revelado amistosas com o passar do tempo, “*são ameaçadoras, mas também já têm sido amigáveis.*”. O participante 3 também releva esta dualidade no carácter da sua experiência, mas destacando o carácter ameaçador da mesma, que se manifesta através de reações desagradáveis, “*são mais ameaçadoras que amigáveis, porque é para expiar aquilo que estou a sentir. Vozes amigáveis não tenho*”; “*fico completamente descoordenada, perco o equilíbrio e tenho que me deitar...*”. No participante 5, o carácter das vozes estava associado às circunstâncias em que o indivíduo se encontrava, eram essencialmente ameaçadoras quando ainda estava detido, representando uma ameaça circunstancial, “*Daí senti que era uma ameaça, daí também foi o único problema que eu vi, de resto já nem me lembro de ser um perigo ou alguma coisa que fosse injusto comigo*”. A amistosidade das vozes só se relevou após a sua saída da prisão, às quais lhe advertia do perigo, “*estava no autocarro e de repente ouvi uma voz a tentar me avisar do perigo*”.

Pelo contrário, o participante 2 e o participante 4, não conseguem atribuir um carácter às suas vozes, por revelarem um certo despreço e imprecisão quanto às mesmas, “*nem ameaçadoras, nem amigáveis, eu é que tenho de as ouvir...*”, “*não, ameaçadoras, não. Não faço a mínima ideia, se são amigáveis ou ameaçadores.*”. No entanto, o participante 2 já havia relatado o quão “*companheiras*” eram as vozes pela longevidade da sua existência.

### ***Decorrente da doença vs. Decorrente da experiência***

Tabela 9. Temas emergentes do tema *Decorrente da doença vs. Decorrente da experiência*

<b><u>Decorrente da doença</u></b>	<b><u>Decorrente da experiência</u></b>
Provenientes da esquizofrenia	Perspetiva experiencial
Diagnóstico	Voz proveniente de Deus
Proveniente da doença	Castigo divino

Outro dos temas que ganhou destaque na análise das entrevistas foi a perspetiva dos ouvintes quando à etiologia das vozes. Segundo a perspetiva de alguns participantes, a experiência decorre de um estado de doença mental, enquanto que outros participantes assimilam a audição de vozes como decorrente de uma parte integrante do

desencadeamento de uma experiência ou ainda, decorrente de fatores culturais ou religiosos.

Assim sendo, o participante 1 associa a audição de vozes a uma causa experiencial, negligenciando os fatores patológicos que podem estar inerentes, reconhecendo a experiência para além do patológico, “*As vozes não são sempre próprias de algumas doenças mentais. Há pessoas sem doença mental que ouvem vozes.*” Contrariamente, o participante 2, 3 e 4, dirigem a causa das vozes à doença mental e consentem com o diagnóstico médico que lhes foi atribuído, “*...são próprias da esquizofrenia, que é o que eu tenho.*”, “*as vezes o que ouço à noite são da minha cabeça, é derivado da doença.*”. No entanto, o participante 3 afirma que apesar de aceitar o diagnóstico, não se revê como sendo a doença mental, “*...digo com muito frequência «eu não sou a doença, mas apenas o diagnóstico».*”. Por fim, o participante 5 confere ao surgimento das vozes uma causa inerente a fatores de natureza religiosa, “*Nunca julguei que fossem de doenças mentais*”; “*pensei foi que fosse do além, que fosse Deus nesse caso*”.

### **Conteúdo**

A categoria *Conteúdo* foi outro dos tópicos analisados e aprofundados na entrevista. Ter conhecimento do conteúdo das vozes permite vislumbrar, de outra forma, a relação que o indivíduo estabelece com as vozes e associar o seu conteúdo aos eventos desencadeadores e ao impacto emocional que tem sobre o indivíduo.

Tabela 10. Dimensões da categoria *Conteúdo*

<b>Conteúdo</b>
Conteúdo das vozes
Conteúdo apazível ou conteúdo incómodo
O efeito impactante do conteúdo no ouvinte
Temas centrais que as vozes abordam
Funcionalidade das vozes (geram potencial vs. limitam o indivíduo)

### ***Conteúdo negativo vs. Conteúdo positivo***

Tabela 11. Temas emergentes do tema *Conteúdo negativo vs. conteúdo positivo*

<b>Conteúdo negativo</b>	<b>Conteúdo positivo</b>
Conteúdo depreciativo	Libertação
Problemas pessoais	Sonhos e desejos futuros

Um dos temas prevalentes neste componente auditivo, foi a importância de compreender se o conteúdo era negativo, positivo ou neutro. Também se verificou que o

ouvinte pode não compreender o conteúdo que lhe está a ser transmitido e por isso não ter a capacidade de lhe conceder uma conotação negativa ou positiva.

Assim, relativamente aos participantes que ouvem vozes com conteúdo negativo, o participante 1 refere o *conteúdo* como sendo *negativo* dado que as vozes desvalorizam, frequentemente, as suas capacidades, “*As vozes são negativas, dizem-me para me suicidar, dizem que sou feia e estúpida e que não tenho utilidade na vida. Dizem que não sou capaz de trabalhar, nem capaz de ter uma vida digna.*”. No participante 2, as vozes por vezes são evocativas, convocam memórias passadas referentes a problemas pessoais do ouvinte e por vezes surgem em forma de crítica, traduzindo-se num *conteúdo negativo*, “*...como se fizesse reviver certos momentos (...) depois isto parece confuso.*”, “*Também parece que estou a ser criticada (...) ouvir o nome da pessoa já é uma crítica*”. Quanto ao participante 3, este não especifica a prevalência negativa ou positiva da sua experiência, assim como o participante 5. No caso do participante 4, o *conteúdo das vozes* não é preciso e por isso não lhe consegue atribuir uma prevalência negativa ou positiva, “*Quer dizer eu ouço, mas não entendo exatamente o que estão a falar.*”; “*são mensagem impercetíveis*”.

### ***Temas das vozes***

Tabela 12. Temas emergentes do tema *Temas das vozes*

<b>Temas das vozes</b>
Temática pejorativa
Problemas pessoais
Conteúdo musical
Reflexo dos seus pensamentos

Através do *conteúdo das vozes* também é possível desvendar o seu *tema* predominante, que, segundos o relato dos participantes, muitas das vezes são um reflexo das fragilidades do indivíduo, dos acontecimentos mais marcantes da sua vida ou a manifestação de temas que se relevam como um suporte emocional para o indivíduo.

O participante 1 refere que muitas das vezes, o *conteúdo* que as vozes manifestam está relacionado com tópicos relativos ao julgamento e à desvalorização do indivíduo e das suas capacidades, “*...dizem-me para me suicidar, dizem que sou feia e estúpida e que não tenho utilidade na vida. Dizem que não sou capaz de trabalhar, nem capaz de ter uma vida digna.*”. Quanto ao participante 2, os temas centrais das vozes são relativos aos seus problemas pessoais, a certas fragilidades do indivíduo relativas ao seu passado e ao

seu presente, “*está relacionado com problemas pessoais que eu tenho (...) Problemas que tive no passado e que agora surgiram novamente.*”

O participante 3 releva que o conteúdo que lhe é transmitido está relacionado com temas de controlo e vigilância, seja através da música, do conteúdo que está a ser transmitido pela televisão ou de certos objetos que encontra na rua, no sentido de lhe transmitir “mensagens ocultas”, a título de exemplo: “*eu acho que a música que passa na rádio me é dirigida (...) que algumas músicas, sobretudo portuguesas, são dirigidas para mim*”; “*nesse sentido acreditei que a letra da música me era dedicada.*”. A impressão do conteúdo no participante 4, novamente, leva à indefinição dos temas das vozes. O participante 5 releva, essencialmente, temáticas de cariz religioso e de temas que reflexem os seus pensamentos referentes a desejos e a suposições futuras, “*Às vezes parece que estou a ouvir, outras vezes bem também tento imaginar, bem posso sonhar, posso fazer muita coisa sempre que for preciso e de repente desperto e digo «para quê tantos sonhos e um dia não conseguir nada?»*”; “*mas porquê é que eu vou buscar sempre o futuro?*”.

### ***Vozes potenciadoras vs. Limitativas***

Tabela 13. Temas emergentes do tema *Vozes potenciadoras vs. Vozes limitativas*

<b><i>Vozes potenciadoras</i></b>	<b><i>Vozes limitativas</i></b>
<i>Vozes sem limitações</i>	<i>Vozes incentivadoras</i>
<i>Potenciam o seu pensamento fantasioso/ imaginação</i>	<i>Vozes evocativas</i>
	<i>Vozes críticas</i>
	<i>Experiência condicionante</i>
	<i>Confusão mental</i>

Por fim, ainda dentro da categoria do *conteúdo*, outro dos temas principais que se destaca é relativamente à funcionalidade que as vozes detêm, sendo esta potencializadora ou limitativa. Também é possível que as vozes possam adquirir ambas as funcionalidades.

O participante 1 afirma que as vozes são essencialmente limitativas, mas que ao longo do decurso da experiência, têm vindo a aumentar o seu potencial, afirmando aspetos positivos referentes às capacidades do participante, “*As vozes são essencialmente limitativas, mas já tenho ouvido vozes que dizem coisas positivas. Às vezes aumentam o meu potencial, dizem às vezes, que não sou tão estúpida e tão pouco inteligente.*”. Em relação à participante 2, há uma certa desconsideração quanto à funcionalidade das vozes, contudo, afirma que não são limitativas pois caso contrário isso teria impacto negativo no

seu funcionamento, algo que não se verifica, *“não gosto de ouvir o que ouço (...) mas não limita.(...) talvez se limitasse teria outra reação.”*

Quanto ao participante 3, este releva que pode constatar um certo aumento do seu potencial em determinados aspectos, nomeadamente, ao nível da fantasia e imaginação, no entanto, a experiência releva-se maioritariamente limitativa por causar ao participante um certo desconforto, *“aumenta o potencial da fantasia, da imaginação, etc., mas do ponto de vista de termos práticos, quando tenho esses sintomas acabo por sentir-me apesar de tudo ferida, sentir-me um alvo a atingir.”*. No participante 4 verifica-se uma certa dificuldade em definir a funcionalidade da voz, *“não sei fazer essa distinção”*. Igualmente no participante 5, podemos constatar que existe uma fraco entendimento do recetor da voz, o que condiciona a sua avaliação quanto à funcionalidade que a voz pode ter, *“não, não, nunca aumentaram o meu potencial, eu tento sempre seguir o que eu acho que é certo (...) mas tento associar sempre, se tem a ver, se tiver mais ainda estou à vontade...”*.

### **Análise e Discussão dos resultados**

O presente estudo teve como objetivo explorar a experiência de ouvir vozes, à luz de uma perspetiva exploratória. Assim sendo, no presente estudo, foram tidas em conta as componentes auditivas que integram a experiência de ouvir vozes. Com base em fundamentação bibliográfica, foi explorada a perspetiva e o modo como é vivenciada a *origem* da experiência, as *características* das vozes e da experiência e o *conteúdo* das vozes. Após uma análise das entrevistas, emergiram como temas principais da categoria *origem*, as *fases do desenvolvimento*, os *eventos desencadeadores das vozes* e a *representação do agente*; nas características foram atribuídos como temas centrais, *contexto e locus* das vozes, *vozes ameaçadoras vs. Vozes amigáveis* e *decorrente da doença vs. decorrente da experiência*. E por fim, ao analisar as entrevistas, a categoria *conteúdo* fez emergir como temas principais, o *conteúdo negativo vs. conteúdo positivo*, os *temas das vozes* e *vozes potenciadoras vs. limitativas*. Após a apresentação e exploração dos resultados obtidos através da utilização do método de análise temática, de seguida estes mesmos resultados serão discutidos e analisados, fazendo uma articulação com a literatura existente.

Relativamente à origem das vozes, segundo Cortens e Longden (2013), os eventos que desencadeiam as vozes podem derivar de diversos fatores, entre os quais, de

indivíduos específicos, de circunstâncias específicas ou por emoções específicas. Assim sendo, à luz dos resultados, pode-se evidenciar a ocorrência de tais fatores na experiência partilhada pelos participantes. No participante 1 verificou-se que certos indivíduos específicos, nomeadamente, os seus colegas de turma que a agrediam verbalmente, foram os indivíduos específicos do evento que desencadearam o surgimento das vozes. De outra forma, o participante 2, ao relatar a origem da sua experiência, revela que esta poderá ter sido desencadeada por circunstâncias específicas, particularmente, o seu retraimento social. Relativamente ao desencadeamento da experiência através de eventos que comportam emoções específicas, é que evidenciar a partilha do participante 5 que evidenciou que a manifestação de um estado de culpabilidade e de vergonha, após a sua detenção, instituiu o surgimento das vozes e onde comporta a percepção de ter sido um castigo divino. Assim, o desencadeamento de situações avassaladoras ou eventos que decorrem em certas fases do desenvolvimento e que fomentam uma vulnerabilidade para uma crise emocional, podem ser o ponto de partida para início da experiência de ouvir vozes, devido ao facto do indivíduo não ter tido a capacidade de lidar com os conflitos internos subjacentes a essas situações, sendo que as vozes podem incorporar o mundo social do ouvinte (Garcelán, 2004; Cortens & Longden, 2013).

No que diz respeito à representação do agente, segundo Wilkinson e Bell (2016), existem vários graus de representação do agente, entre os quais, ausência do agente, agente sem individualização, agente individualizado internamente e agente individualizado externamente. Esta representação está também associada à identidade que o indivíduo atribui às vozes, o que por vezes é um reflexo das crenças e atitudes do indivíduo, não apenas acerca das vozes, mas também de si mesmo, dos outros e do mundo. O agente ou a identidade inerente às vozes pode ser alterada ao longo do tempo, muitas das vezes correlacionada com a maneira como o indivíduo percebe a experiência e com o impacto que advém da mesma. A pertinência em se compreender a representação do agente, resulta da relevância em se verificar se o indivíduo aceita a experiência como verdadeira e por isso atribui a responsabilidade a um agente externo ou pelo contrário, acredita que as vozes são autogeridas (Connors, Robidoux, Langdon & Coltheart, 2016).

Ao analisar os resultados apresentados, foi possível verificar que, o participante 1 conferiu um agente individualizado externamente às suas vozes. Estas representam uma personificação dos seus agressores de bullying, ou seja, a identidade da voz está intimamente relacionada com o evento desencadeador. Esta representação tomou outras formas ao longo do tempo, passando a haver múltiplas identidades, que igualmente

detinham um efeito de desconsideração e julgamento. O participante 2, atribui igualmente um agente individualizado externamente, no entanto, não atribui uma identidade específica, mas que, o facto de referir as suas vozes como “companheiras”, alude para uma associação com o seu período de maior retraimento social, onde as vozes vêm desempenhar uma função à qual estava a ser privado. Tal como o participante 1 e o participante 2, o participante 3, representa o seu agente individualizado externamente, atribuindo uma identidade de agentes conhecidos, entre os quais, os seus psiquiatras. No participante 5 a representação do agente é individualizada externamente e é atribuída uma identidade religiosa. Esta atribuição está interligada com as crenças do indivíduo, particularmente, as crenças de cariz religioso. Contudo, nem sempre se verifica a representação do agente figurativo, como é o caso do participante 4, onde o agente é representado sem individualização.

Relativamente às características das vozes, McCarthy-Jones e os seus colaboradores (2012), através de um estudo fenomenológico, constataram que existia a mesma probabilidade de a localização espacial das vozes ser interna, externa ou ambas e que há uma maior propensão de haver uma localização interna quando os indivíduos ouvem as vozes pela primeira vez e que as vozes que são ouvidas externamente, tendencialmente, são ouvidas em ambos os ouvidos. Além disso, no ato da construção colaborativa do guião da entrevista, o participante que formulou a questão referente à localização espacial, especificou os aspetos referentes a ambas as localizações. Assim sendo, segundo a sua perspetiva, relativamente à localização interna, esta refere-se a quando a voz surge associada a sentimentos, pensamentos, imaginação fértil e a emoções, enquanto que a localização externa diz respeito ao surgimento das vozes no exterior da mente, ou seja, vozes percebidas com os ouvidos.

Dado tais fatos, é possível constatar que, maioritariamente, os participantes experienciam as vozes como tendo uma localização externa, ou seja, surgem do exterior da mente, no entanto, o participante 1 também releva uma certa invasão das vozes quanto aos seus sentimento e pensamentos e o participante 4 fez referência ao quão invasivas as vozes poderiam ser em relação aos seus pensamentos, atribuindo uma localização interna. Outro aspeto a salientar ainda sobre esta temática, é a particularidade com que o participante 3 vivencia esta experiência. Num estudo elaborado por Karlsson (2008), que teve como finalidade explorar a experiência de ouvir vozes, através de um *focus group* com 22 participante, alguns deles relataram experienciar pensamentos e percepções incomuns. Alguns dos participantes afirmaram experimentar “vozes” noutra sentido,

através da visão ou de senti-las em determinadas partes do corpo. Tal pode ser verificado através do relato do participante 3 que, ao longo da entrevista, afirma não ouvir vozes e onde a experiência é vivenciada através de crenças e sensações corporais.

Ainda dentro das características das vozes, podemos nos deparar com a ambiguidade do carácter das vozes, fazendo com que o tema vozes ameaçadoras vs. vozes amigáveis adquira uma relevância considerável. No estudo de Karlsson (2008), o autor constata que dado que a comunicação das vozes é consideravelmente de cariz pessoal, estas podem assumir um carácter intrusivo e ameaçador, adotando uma postura crítica, de comando ou adquirir uma linguagem abusiva. No entanto, segundo a meta-análise de Valavanis, Thompson e Murray (2019), as vozes também podem adquirir um carácter amigável, fornecendo segurança e proteção, orientação e companheirismo ao ouvinte, proporcionar um bem-estar psicológico e emocional e fomentar um crescimento e desenvolvimento pessoal. Assim sendo, as vozes tanto podem assumir uma postura destrutiva como construtiva. A predominância deste tema na experiência dos ouvintes, justifica a relevância em evidenciar o contraste entre vozes ameaçadoras e vozes amigáveis.

Assim sendo, à luz dos resultados, esta ambivalência pode ser verificada. Apesar de a maioria dos participantes destacar o carácter ameaçador das vozes, é possível comprovar o seu carácter amistoso no relato do participante 5, quando afirma que por vezes as vozes o alertam na presença de algum perigo iminente e no participante 2 quando afirma que as vozes, ocasionalmente, são “companheiras”. Apesar de, aparentemente, haver uma certa resiliência quanto ao carácter mais harmonioso das vozes por parte dos participantes, Romme (2011), considera que as vozes são psicologicamente vantajosas para o indivíduo, por lhe atribuírem pistas fundamentais acerca do seu mundo externo e interno (Romme (2011, citado em Longden *et al.*, 2012).

O tema decorrente da doença vs. decorrente da experiência, clarifica a distinção das perspetivas dos participantes entre a visão de que as vozes são um sintoma de uma doença mental e a visão dos participantes que adotam uma perspetiva não patologizada à experiência, atribuindo uma etiologia de outra natureza. No estudo elaborado por Fenekou & Georgaca (2010), onde foram feitas entrevistas a 15 indivíduos que vivenciam esta experiência, constatou-se os participantes que foram sujeitos a entrevistas médicas, sofreram uma influencia quanto à compreensão da experiência, atribuindo as vozes a uma causa patológica. Além disso, a atribuição da designação de “alucinações” reforça e

exacerba o impacto negativo da experiência no ouvinte (Aschebrock, Gavey, McCreanor & Tippett, 2003, citado em Valavanis, Thompson, & Murray, 2019).

Assim, tendo em conta os resultados, podemos constatar que 3 dos participantes adotam uma perspectiva decorrente da doença quanto à experiência. Um dos aspetos a salientar neste tópico é que, os participantes que relataram adotar uma perspectiva patológica face às vozes parecem não estar tão propensos à sua exploração e compreensão, enquanto que, contrariamente, os indivíduos que aceitam as vozes como uma experiência transversal que potencialmente pode ocorrer a qualquer indivíduo, conseguem explorar certas componentes auditivas com mais facilidade.

Relativamente ao conteúdo das vozes, o tema conteúdo negativo vs. conteúdo positivo emerge de uma ambivalência que se denota nos relatos dos participantes quanto a esta componente auditiva. Compreender se o conteúdo é negativo, positivo ou ambíguo, normalmente prediz o impacto emocional que as vozes têm no ouvinte e são um reflexo das crenças do indivíduo em relação a si mesmo, aos outros e ao mundo (Beavan, 2011) e por isso é fundamental ter em consideração esta polaridade. O estudo de McCarthy-Jones e os seus colaboradores (2012) verificou que 60% dos participantes atribuem uma conotação negativa ao conteúdo das vozes e apenas 40% atribui conotação positiva e que o seu conteúdo não se alterou ao longo do tempo.

Tendo esta particularidade em conta, ao analisar os resultados, podemos verificar que na maioria dos participantes o conteúdo revela-se essencialmente negativo. No participante 1, as vozes apresentam um conteúdo negativo, sendo um reflexo da depreciação e da desvalorização que o indivíduo tem de si mesmo e da intimidação que sofreu por parte dos outros durante a sua adolescência, traduzindo-se num conteúdo relacionado com as crenças. No participante 2 podemos afirmar que se trata igualmente da manifestação de um conteúdo negativo pelo facto das vozes serem evocativas e fazer com que o ouvinte revivesse memórias passadas relativas a circunstâncias de vida difíceis. O participante 3, apesar de não especificar a polaridade do conteúdo, dado o impacto emocional negativo que descreve face à experiência, podemos deduzir que o conteúdo que se manifesta é predominantemente negativo.

Ao contrário dos restantes participantes, o participante 4 deixa em aberto a questão da polaridade do conteúdo das vozes, por não conseguir compreender o seu conteúdo literal. Quanto ao participante 5, existe uma certa ambivalência quanto ao conteúdo das vozes, estas inicialmente eram de conteúdo negativo por causar um certo impacto emocional no participante, fazendo-o sentir culpabilidade e vergonha, igualmente

relacionado com as crenças que o indivíduo tinha em relação a si mesmo, pois a sua detenção levou-o a desenvolver pensamento autopunitivos, contudo, quando o indivíduo sai em liberdade, as vozes começaram a adotar uma postura mais amigável e de auxílio para com o ouvinte e a partir desse momento prevalece o conteúdo positivo.

Ainda dentro do tópico relativo ao conteúdo das vozes, um dos temas que emergiu ao analisar as entrevistas e que é fundamental ter em consideração é o tema/ assunto central que as vozes manifestam. No estudo de McCarthy-Jones *et al.* (2012), a maioria dos participantes ouviam vozes cujo tema ou conteúdo foi praticamente o mesmo, e quase metade dos participantes afirmou que as suas vozes frequentemente usam as mesmas palavras e frases repetidamente. Até mesmo quando surgem novas vozes, o conteúdo continua a ser o mesmo que das vozes antigas. Assim, o enunciado das vozes pode relevar predominância de temas, essencialmente, associados a aspetos ou preocupações referentes à história de vida do indivíduo, entre os quais, os acontecimentos desencadeadores ou tópicos inerentes a estes (Andrew *et al.*, 2008; Cortens & Longden, 2013). Deste modo, explorar os temas das vozes pode também refletir o estado mental e emocional do ouvinte (Longden *et al.*, 2012).

Tal facto pode ser constatado na maioria dos participantes. No participante 1, inicialmente as vozes eram uma personificação dos seus colegas agressores e com o passar do tempo, assumindo outras identidades, as vozes continuavam a censurar e a criticar o participante, fazendo com que o tema predominante fosse uma referência a esse acontecimento desencadeador, onde a crítica e a desvalorização quanto ao indivíduo fossem frequentemente as temáticas espalhadas ao longo do decurso da experiência. O mesmo se verifica no participante 2, sendo que a mesma afirma que as vozes comunicam essencialmente conteúdo referente aos seus problemas pessoais do passado e do presente. Quanto ao participante 3, a temática central rege-se por conteúdo referentes ao controlo e vigilância, assumindo diferentes formas de o vivenciar, mas que se centram essencialmente nesses temas. Quanto ao participante 5, este afirma que as vozes são fundamentalmente uma alusão a temáticas religiosas e aos pensamentos referentes a desejos e a suposições futuras.

Por fim, o *conteúdo* pode também exercer uma certa influência sobre o ouvinte e reflete uma funcionalidade, que pode potencializar as suas capacidades ou pelo contrário, limitá-lo. Deste modo, um dos temas principais acerca do conteúdo é *Vozes potenciadoras vs. Limitativas*. Conforme a percepção do ouvinte, por vezes as vozes podem ser uma experiência problemática, em vez que criarem uma solução, no sentido que podem criticar

e fazer avaliação negativas relativas à capacidade de o indivíduo gerir a sua vida (Nayani & David, 1996). Posto isto e conforme os resultados apresentados, apenas um participante afirmou que as vozes normalmente são limitativas, enquanto que na sua maioria revelaram alguma incerteza quanto à funcionalidade da voz, apesar de afirmarem que as vozes não eram limitativas, mas sentiram uma certa dificuldade em avaliar a potencialidade da voz. O participante 3 afirma que a sua experiência potencia a sua criatividade e imaginação, mas que, ao gerar sensações e emoções negativas igualmente limitam-no.

## **Conclusões**

O presente estudo teve como questão de investigação compreender a perceção das pessoas com experiência de doença mental acerca da sua experiência de ouvir vozes e qual o seu impacto na vida do ouvinte. Os resultados suscitam vários pressupostos a reter, entre os quais, a forma como os ouvintes contextualizaram o surgimento da sua experiência, as principais características da experiência e, mais especificamente, das vozes e questões acerca do conteúdo que as vozes manifestam. Concluiu-se que de facto cada experiência é vivida de forma muito particular e que ao nível das dimensões abordadas, existe uma enorme distinção da forma como se desencadeiam e que acarreta um numero variado de fatores (Iudici, Quarato & Neri, 2018). Os resultados deste estudo vão ao encontro dos pressupostos que foram constatados por Pienkos *et al.* (2019), que defende a complexidade da experiência, dado que cada indivíduo experiencia as suas vozes de forma única e individual. Esta constatação, destaca-se essencialmente através do testemunho do participante 3, dada a singularidade e distinção com que vivencia a sua experiência, comparativamente aos restantes participantes.

Além disso, tal como Romme e Escher (1989) defendem, em certas pessoas, em que a experiência não foi totalmente integrada, pode causar alguma confusão mental e que seja mais fácil tentar escapar da sua compreensão. Esta atitude pode ser evidenciada no participante 4 que sentiu uma certa dificuldade em explorar certas questões acerca da sua experiência. Segundo Romme e os seus colaboradores (1992), aceitar a realidade intrínseca às vozes é tendencialmente evitada, pois pode causar ao indivíduo uma maior desorganização interna numa fase inicial e por isso, a discussão das experiências subjetivas de ouvir vozes não é incentivada, apesar destas mesmas representarem uma grande parte da vida do indivíduo.

Compreendeu-se que esta diversidade de relatos dos participantes e da forma como é percebida a experiência é fundamentalmente influenciada por um conjunto de crenças que estão enraizadas no ouvinte, tal como conseguimos comprovar essencialmente no testemunho do participante 5, pelas suas crenças religiosas que sempre tiveram uma conotação na forma como experienciava a audição de vozes. Thomas, Farhall e Shawyer (2015) denominam estas crenças como um esquema da representação de si e dos outros e afirmam que estas acabam por influenciar a avaliação do indivíduo quanto à experiência e o sentido atribuído às vozes.

Também é importante salvaguardar que, atribuir-lhe um senso de *empowerment* ao lhes possibilitar fazer parte desta investigação, foi fundamental para o decurso do estudo e tornou o processo muito mais enriquecedor (Monteiro, Aguiar, Sacchetto & Ornelas, 2014; Sacchetto, Ornelas, Calheiros, & Shinn, 2018). Assim sendo, de forma a colmatar a lacuna existente em relação à compreensão do tema, a investigação colaborativa veio dar um contributo significativo para desmistificar e desvendar a questão da investigação.

Assim sendo, este estudo contribui para o conhecimento do mundo e da linguagem dos ouvintes e corrobora a ideia de que explorar a experiência pode levar a novas e melhores formas de aperfeiçoar o trabalho junto destes indivíduos, pois a conceptualização da experiência é significativa e independentemente de ter uma conotação positiva ou negativa, ajuda ao desenvolvimento de uma intervenção com foco no indivíduo, na sua perceção e na sua partilha (Valavanis, Thompson, & Murray, 2019).

Ao nível das limitações, houveram alguns procedimentos que limitaram o decurso do estudo. O facto de não se gravar a entrevista quando o participante não se sentia confortável para tal, fez com que se perdesse informação pertinente e que se quebrasse o fio condutor da conversação entre entrevistador e entrevistado. Além disso, é fundamental deter de uma certa sensibilidade quanto à temática em si e à forma como estas pessoas são abordadas o que não se traduziu numa limitação ao estudo, mas que poderia conduzir os procedimentos de uma forma mais vantajosa.

Contudo, tais limitações foram essenciais para conseguir compreender que é fundamental haver todo um ganho de experiência e conhecimento para poder trabalhar com este tipo de população e que teremos de ser nós, profissionais, a nos moldar e estruturar de forma a compreender e de facto conseguir com que os nossos esforços consigam causar algum impacto considerável junto das pessoas com experiência de doença mental.

## Referências bibliográficas

- Andrew, E. M., Gray, N. S., & Snowden, R. J. (2008). The relationship between trauma and beliefs about hearing voices: a study of psychiatric and non-psychiatric voice hearers. *Psychological medicine*, 38(10), 1409-1417.
- Beavan, V. (2011). Towards a definition of “hearing voices”: a phenomenological approach. *Psychosis*, 3(1), 63-73.
- Beavan, V., & Read, J. (2010). Hearing voices and listening to what they say: The importance of voice content in understanding and working with distressing voices. *The Journal of nervous and mental disease*, 198(3), 201-205.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.
- Chin, J. T., Hayward, M., & Drinnan, A. (2009). Relating to voices: Exploring the relevance of this concept to people who hear voices. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 82(1), 1-17.
- Connors, M. H., Robidoux, S., Langdon, R., & Coltheart, M. (2016). Beliefs about hearing voices. *Consciousness and cognition*, 43, 89-101.
- Corstens, D., Escher, S., & Romme, M. (2008). Accepting and working with voices: The Maastricht approach. *Psychosis, trauma and dissociation: Emerging perspectives on severe psychopathology*, 319-332.
- Corstens, D., & Longden, E. (2013). The origins of voices: links between life history and voice hearing in a survey of 100 cases. *Psychosis*, 5(3), 270-285.
- Corstens, D., Longden, E., & May, R. (2012). Talking with voices: exploring what is expressed by the voices people hear. *Psychosis*, 4(2), 95-104
- Corstens, D., Longden, E., McCarthy-Jones, S., Waddingham, R., & Thomas, N. (2014). Emerging perspectives from the Hearing Voices Movement: implications for research and practice. *Schizophrenia bulletin*, 40(Suppl\_4), S285-S294.
- Deegan, P. E. (1992). The Independent Living Movement and people with psychiatric disabilities: Taking back control over our own lives. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 15(3), 3.

- Deegan, P. E. (1997). Recovery and empowerment for people with psychiatric disabilities. *Social work in health care*, 25(3), 11-24.
- Faccio, E., Romaioli, D., Dagani, J., & Cipolletta, S. (2013). Auditory hallucinations as a personal experience: analysis of non-psychiatric voice hearers' narrations. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 20(9), 761-767.
- Fisher, D. B. (1994). Health care reform based on an empowerment model of recovery by people with psychiatric disabilities. *Psychiatric Services*, 45(9), 913-915.
- Fisher, D., & Spiro, L. (2010). Finding and using our voice: How consumer/survivor advocacy is transforming mental health care. In *Mental health self-help* (pp. 213-233). Springer, New York, NY.
- Garcelán, S. (2004). A psychological model for verbal auditory hallucinations. *International Journal of Psychological and Psychological Therapy*, 4 (1), 129-153.
- Iudici, A., Quarato, M., & Neri, J. (2018). *The Phenomenon of "Hearing Voices": Not Just Psychotic Hallucinations - A Psychological Literature Review and a Reflection on Clinical and Social Health*. *Community Mental Health Journal*. doi:10.1007/s10597-018-0359-0
- Jones, C. D., Newsome, J., Levin, K., Wilmot, A., McNulty, J. A., & Kline, T. (2018). Friends or Strangers? A Feasibility Study of an Innovative Focus Group Methodology. *The Qualitative Report*, 23(1), 98-112. Retrieved from <https://nsuworks.nova.edu/tqr/vol23/iss1/7>
- Karlsson, L. B. (2008). 'More real than reality': a study of voice hearing. *International Journal of Social Welfare*, 17(4), 365-373.
- Kitzinger, J. (2005). Focus group research: using group dynamics. *Qualitative research in health care*, 56, 70.
- Laroi, F., Luhrmann, T. M., Bell, V., Christian Jr, W. A., Deshpande, S., Fernyhough, C., ... & Woods, A. (2014). Culture and hallucinations: overview and future directions. *Schizophrenia bulletin*, 40(Suppl\_4), S213-S220.
- Longden, E. (2010). Making sense of voices: A personal story of recovery. *Psychosis*, 2(3), 255-259.

- Longden, E., Corstens, D., Escher, S., & Romme, M. (2012). Voice hearing in a biographical context: a model for formulating the relationship between voices and life history. *Psychosis*, 4(3), 224-234.
- Longden, E., Read, J., & Dillon, J. (2018). Assessing the impact and effectiveness of Hearing Voices Network self-help groups. *Community mental health journal*, 54(2), 184-188.
- Lysaker, P., Yanos, P. T., & Roe, D. (2009). The role of insight in the process of recovery from schizophrenia: a review of three views. *Psychosis*, 1(2), 113-121.
- Maier, S. F., & Seligman, M. E. (1976). Learned helplessness: theory and evidence. *Journal of experimental psychology: general*, 105(1), 3.
- Masadeh, M. A. (2012). Focus group: Reviews and practices. *The Journal of Applied Science and Technology*, 2(10).
- McCarthy-Jones, S., Trauer, T., Mackinnon, A., Sims, E., Thomas, N., & Copolov, D. L. (2012). A new phenomenological survey of auditory hallucinations: evidence for subtypes and implications for theory and practice. *Schizophrenia bulletin*, 40(1), 231-235.
- Monteiro, M. F. J., Aguiar, R., Sacchetto, B., Moniz, M. J. V., & Ornelas, J. H. (2014). What transformation? A qualitative study of empowering settings and community mental health organizations. *Global Journal of Community Psychology Practice*, 5, 1-13.
- Morris, J. (1993). Community care or independent living?. In *Independent Lives?* (pp. 147-172). Palgrave, London.
- Muñoz, N. M., Serpa Jr, O. D. D., Leal, E. M., Dahl, C. M., & Oliveira, I. C. D. (2011). Pesquisa clínica em saúde mental: o ponto de vista dos usuários sobre a experiência de ouvir vozes. *Estudos de Psicologia*. 16(1), 83-89.
- Ornelas, J. H. (2007). Psicologia Comunitária: Contributos para o desenvolvimento de serviços de base comunitária para pessoas com doença mental. *Análise psicológica*, 25(1), 5-11.
- Ornelas, J. H., Aguiar, R., Sacchetto, B., & Monteiro, M. F. J. (2012). Community-based participatory research: A collaborative study to measure capabilities towards

- recovery in mental health community organizations. *Psychology, Community & Health*, 1, 3-18.
- Pienkos, E., Giersch, A., Hansen, M., Humpston, C., McCarthy-Jones, S., Mishara, A., ... & Thomas, N. (2019). Hallucinations beyond voices: a conceptual review of the phenomenology of altered perception in psychosis. *Schizophrenia bulletin*, 45(Supplement\_1), S67-S77.
- Ritsher, J. B., Lucksted, A., Otilingam, P. G., & Grajales, M. (2004). Hearing voices: Explanations and implications. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 27(3), 219.
- Romme, M. A. J., Honig, A., Noorthoorn, E. O., & Escher, A. D. M. A. C. (1992). Coping with hearing voices: An emancipatory approach. *The British Journal of Psychiatry*, 161(1), 99-103.
- Romme, M., & Escher, S. (2010). Personal history and hearing voices. In F. Larøi & A. Aleman (Eds.), *Hallucinations: A guide to treatment and management* (pp. 233-256). New York, NY, US: Oxford University Press.
- Sacchetto, B., Ornelas, J., Calheiros, M. M., & Shinn, M. (2018). Adaptation of Nussbaum's Capabilities Framework to Community Mental Health: A Consumer-Based Capabilities Measure. *American journal of community psychology*, 61(1-2), 32-46.
- Sacks, O. (2013). *Alucinações*. Lisboa: Relógio D'Água.
- Stip, E., & Letourneau, G. (2009). Psychotic symptoms as a continuum between normality and pathology. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 54(3), 140-151.
- Thomas, N., Farhall, J., & Shawyer, F. (2015). Beliefs about voices and schemas about self and others in psychosis. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 43(2), 209-223.
- Valavanis, S., Thompson, C., & Murray, C. D. (2019). Positive aspects of voice-hearing: a qualitative metasynthesis. *Mental Health, Religion & Culture*, 1-18.
- Wilkinson, S., & Bell, V. (2016). The representation of agents in auditory verbal hallucinations. *Mind & language*, 31(1), 104-126.

Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research in psychology*. McGraw-hill education (UK).

Woods, A. (2013). The voice-hearer. *Journal of Mental Health*, 22(3), 263-270.

Zittoun, T., Baucal, A., Cornish, F., & Gillespie, A. (2007). Collaborative research, knowledge and emergence. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 41(2), 208-217.

# **ANEXOS**

## **Anexo I – Primeiras questões sugeridas na sessão de *focus group***

### Participante 1

- As vozes são ameaçadoras ou amigáveis?
- As vozes surgem do exterior ou do interior da mente?
- Qual o conteúdo da comunicação das vozes?
- As vozes têm-lhe ensinado coisas novas?
- As vozes parecem telepatia?
- Surgem da TV, da rua, conhecidos ou desconhecidos?
- Quais os truques que utiliza para lidar com as vozes?
- As vozes interferem com o raciocínio lógico, trabalho académico e profissional?
- O que sente quando as ouve?
- Sente-se mais ou menos criativo, quando as ouve? Afeta a sua criatividade?

### Participante 2:

- As vozes são próprias de algumas doenças mentais?
- Em que altura as vozes aparecem?
- As vozes são ameaçadoras ou amigáveis?
- Faz alguma coisa para que as vozes deixem de ser um sintoma da esquizofrenia?
- De que maneira lida com as vozes diariamente?
- Se a medicação não eliminar as vozes como viver em paz com as vozes?

### Participante 3:

- De que natureza soam as vozes?
- Qual o significado que as vozes têm?
- As vozes que escutam são punitivas, ou eco da realidade?
- Será que as vozes escutam são o eco da realidade?
- As vozes censuram ou libertam?
- São as vozes limitativas ou aumentam o nosso potencial?
- Para além das vozes ouve e outros ruídos?
- Como interpreta as vozes ou os ruídos?
- Acredita que lhe leem o pensamento?
- Confunde as vozes com o que vê ou ouve?

- Os *mass media* interferem nos seus pensamentos?
- Acha que a publicidade pode existir para se dirigir a si pessoalmente e conhece as suas particularidades?

## **Anexo II**

### **Guião da Entrevista**

#### Origens

- Em que altura é que as vozes apareceram?
- De que natureza soam as vozes? (género, idade, características psicológicas, qualidades e defeitos)
- Surgem da TV, da rua, de conhecidos ou desconhecidos?
- Para além das vozes, ouve outros ruídos?

#### Características

- As vozes surgem do interior (associado a sentimentos, pensamentos, imaginação fértil e emoções) ou exterior (que ouvem com os ouvidos) da mente?
- As vozes são ameaçadoras ou amigáveis?
- As vozes são próprias de algumas doenças mentais?

#### Conteúdo

- Qual o conteúdo da comunicação das vozes?
- As vozes parecem telepatia?
- São as vozes limitativas ou as vozes aumentam o vosso potencial?
- Confunde as vozes com o que vê ou ouve?

#### Experiência

- Qual o significado que as vozes têm?
- As vozes que ouve são punitivas?
- Será que as vozes que escuta são eco da realidade?
- As vozes têm ensinado coisas novas?
- Acredita que lhe leem o pensamento?

#### Estratégias

- Quais os truques que utiliza para lidar com as vozes?
- Como interpreta as vozes e/ou os ruídos?
- Faz alguma coisa para que as vozes deixem de ser um sintoma da problemática?
- De que maneira lida com as vozes diariamente?
- Se a medicação não eliminar as vozes como viver em paz com as vozes?

#### Impacto

- As vozes interferem com o raciocínio lógico, trabalho académico/ profissional?
- O que sente quando as ouve?
- Sente-se mais ou menos criativo quando as ouve? Afeta a sua criatividade?
- As vozes censuram ou as vozes libertam?

### Anexo III

Eu, Carlota Teixeira, aluna do Mestrado integrado em Psicologia Clínica do ISPA, estou a desenvolver a minha dissertação de mestrado que pretende estudar a experiência de ouvir vozes.

O presente estudo pretende aprofundar o conhecimento sobre a experiência de ouvir vozes. Desta forma, o estudo visa conhecer a vivência através de uma narrativa contada na primeira pessoa.

Salienta-se que a sua participação é totalmente voluntária, podendo desistir do estudo em qualquer altura sem que seja penalizado(a).

Se decidir participar nesta investigação, a sua participação será completamente confidencial e anónima. Os dados que fornecerá são confidenciais - mantidos em sigilo e quem terá acesso a eles serão, unicamente, os investigadores deste estudo.

Não existe qualquer risco conhecido associado à participação neste estudo.

Para futuras questões e dúvidas, pode contactar-me através deste número de telefone: 96\*\*\*\*\*/ ou email: \*\*\*\*\*/@hotmail.com.

Obrigada, desde já, pela sua atenção e por aceitar participar neste estudo.

Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Assinatura do participante,

(Ao assinar está a concordar com os termos apresentados acima)

---

Assinatura da investigadora,

---

## Anexo IV – Análise das entrevistas – quadros temáticos

P1, 47 anos			
Categoria	Narrativa	Temas emergentes	Comentários
Origem	<i>“no fim da adolescência, por volta dos 18 anos.”; “Vivi traumas marcantes na minha adolescência”; “...que os meus sentimentos da adolescência eram muito profundos”</i>	Final da adolescência	Vozes surgiram após a fase da adolescência
	<i>“Eram tanto masculinas como femininas, eram jovens, adultas e algumas idosas.”</i>	Multiplicidade de identidades	As vozes têm múltiplas identidades
	<i>“Eram agressivas e competitivas e estas eram colegas do liceu, algumas das colegas eram solidárias.”</i>	1ª identidade atribuída às vozes	Identidade das vozes era um reflexo das relações que vivenciou durante a sua adolescência. As vozes personificavam os indivíduos agressores.
	<i>eram colegas do liceu, algumas das colegas eram solidárias.”</i>	Agente individualizado externamente	Especificidade do agente, atribuído a conhecidos
	<i>“...eram agressivas e competitivas”; “É uma maneira dos meus sentimentos recalcados, resultantes do bullying que fui alvo na escola, extravasarem na forma de alucinações visuais e auditivas”.</i>	Bullying	Evento que desencadeou a experiência
Características	<i>“surgem também de conhecidos, autocarro, metro e comboio.”</i>	Contextos de maior exposição	Surgem em contextos de maior exposição e pouco familiares
	<i>“surgem tanto do interior como do exterior. Tenho sentimentos e pensamentos que surgem do exterior. O som das vozes a virem do exterior.”</i>	Localização espacial externa	As vozes surgem do exterior, por vezes associadas aos seus sentimentos e pensamentos
	<i>“são ameaçadoras, mas também já têm sido amigáveis.”</i>	Evolução do carácter da voz	Inicialmente as vozes eram ameaçadoras, mas ao longo do tempo as vozes têm apresentado um carácter mais amistoso.
Conteúdo	<i>“As vozes não são sempre próprias de algumas doenças mentais. Há pessoas sem doença mental que ouvem vozes.”</i>	Perspetiva experiencial	Não há associação exclusiva com a doença mental. Existe um reconhecimento da experiência para além do patológico.
	<i>“As vozes são negativas, dizem-me para me suicidar, dizem que sou feia e estúpida e que não tenho utilidade na vida. Dizem que não sou capaz de trabalhar, nem capaz de ter uma vida digna.”</i>	Conteúdo depreciativo	As vozes apresentam um conteúdo negativo, que desvaloriza o participante
	<i>“...dizem-me para me suicidar, dizem que sou feia e estúpida e que não tenho utilidade na vida. Dizem que não sou capaz de</i>	Temática pejorativa	As vozes aludem para conteúdos referentes a críticas e julgamento

<i>trabalhar, nem capaz de ter uma vida digna.”</i>		
<i>“parecem perceber o que penso e invadem os meus pensamentos.”</i>	Telepatia	Interferem com os pensamentos do participante
<i>“As vozes são essencialmente limitativas...”</i>	Limitativas	Evolução quanto à funcionalidade das vozes, no entanto, são essencialmente limitativas
<i>“...mas já tenho ouvido vozes que dizem coisas positivas. Às aumentam o meu potencial, dizem as vezes, que não sou tão estúpida e tão pouco inteligente.”</i>	Vozes incentivadoras	
<i>“As vozes confundo as vozes com o que vejo e ouço.”</i>	Experiência auditiva vs. Experiência visual	Confusão entre qualidade sensorial auditiva e visual

<b>P2, 58 anos</b>				
<b>Categoria</b>	<b>Narrativa</b>	<b>Temas emergentes</b>	<b>Comentários</b>	
<b>Origem</b>	<i>“...apareceram por volta dos vinte, vinte e pouco anos.”</i>	Jovem adulto	As vozes surgiram após fase turbulenta na adolescência	
	<i>“De um momento para outro, deixei de ser quem era.”; “Passou a haver uma diferença da pessoa que eu era...”</i>	Alteração do comportamento	Mudança repentina nas relações interpessoais que estabelecia e no seu desempenho escolar; não consegue explicar o motivo	
	<i>“De um momento para outro, deixei de ser quem era, com os amigos, com a escola.”</i>	Retraimento social e fraco desempenho escolar	Mudança nas suas relações interpessoais e no seu desempenho escolar	
	<i>“Foi aos vinte, vinte e pouco que começaram a surgir os sintomas.”</i>	1ª experiência com vozes	Surgimento dos sintomas possivelmente como consequência da alteração do seu comportamento	
	<i>“...passou-se de um estado para outros. Agora estão relacionadas com problemas pessoais”</i>	Quebra na relação	O que inicialmente eram descritas como sendo vozes “companheiras”, mais tarde tornam-se pejorativas, reflexo dos seus problemas pessoais	
	<i>“parece que estão a dirigir-se a mim, parece que são vozes, mas são reais.”</i>	Veracidade das vozes	Confusão quanto à veracidade das vozes	
	<i>“...surgem da rua porque quando eu vou ouço vozes.”; “Associados ao exterior. Ouço do exterior da mente, parece que estão a comunicar comigo.”</i>	Proveniente do meio externo	Participante ouve as vozes principalmente quando está a andar na rua	
<b>Características</b>	<i>“...não obedeco às vozes, contrario as vozes (...) estou a pensar fazer uma coisa (...) surge a voz a dizer para fazer essa determinada coisa.”</i>	Oposição vs. Concordância	Postura defensiva quanto ao comando as vozes, no entanto, as vozes são congruentes com os seus pensamentos e desejos	
	<i>“Pergunto-me se isto tudo é possível. Fico na dúvida, se sou eu que ouço vozes ou se é outra coisa que está acontecer.”</i>	Racionalização	Questiona-se com frequência sobre a experiência	
	<i>“...depois dos 20 anos, as vozes andam comigo, parece que são minhas amigas...”</i>	Vozes “companheiras”	Caracteriza as vozes com confraternização e intimidade	
	<i>“...são próprias da esquizofrenia, que é o que eu tenho.”</i>	Provenientes da esquizofrenia	Associa as vozes a um estado de doença mental e aceita o diagnóstico de esquizofrenia	
	<i>“está relacionado com problemas pessoais que eu tenho (...) Problemas que tive no passado e que agora surgiram novamente</i>	Problemas pessoais	Atribuição negativa às vozes pois o seu conteúdo está associado a certas fragilidades (do passado e do presente)	
	<b>Conteúdo</b>	<i>“...como se fizesse reviver certos momentos (...) depois isto parece confuso.”; “Os problemas do passado surgiram outra vez”</i>	Vozes evocativas	Vozes evocam memórias do passado e geram impacto no presente
		<i>“não gosto de ouvir o que ouço (...) mas não limita.”; “talvez se limitasse teria outra reação (...) se fossem limitativas não estaria como estou atualmente.”</i>	Vozes sem limitações	Desconsideração quanto à comunicação das vozes. Associa o impacto das vozes face à sua resposta/ atitude em lidar com as mesmas

<p><i>“...pode haver alucinações visuais, mas não é o meu caso. Se bem que acontece ver, mas é pouco.”</i></p>	<p>Experiências visuais</p>	<p>Denegação quanto à ocorrência de experiências visuais</p>
<p><i>“Também parece que estou a ser criticada”; “Ouvir o nome da pessoa já é uma crítica”</i></p>	<p>Vozes críticas</p>	<p>As vozes exercem censura sobre a ouvinte</p>

<b>P3, 54 anos</b>			
<b>Categoria</b>	<b>Narrativa</b>	<b>Temas emergentes</b>	<b>Comentários</b>
Origem	<i>“porque eu não ouço vozes. No entanto, o que eu sinto como outras pessoas que aqui estão na AEIPS que não ouvem vozes.”</i>	Agente ausente	Experiência com ausência de agente; apesar de não ouvir vozes, sente os efeitos desencadeadores das vozes
	<i>“sentimos aquilo que vemos e ouvimos é visto e ouvido por outras pessoas”; “tenho essa nóia”; “acredito que todas as situações são visíveis e observáveis pelos outros.”</i>	Erros de percepção da realidade	Sente-se observada e vigiada por agentes alheios
	<i>“essa história «eu ouço vozes», eu não ouço vozes, quer dizer, eu acredito e em relação aquilo que se chama vozes, num contexto mais próximo de vozes, acho que provavelmente o que pode ecoar em alguns momentos na minha cabeça é a frase de alguém e que me fica a ecoar na minha cabeça.”</i>	Ressonância	A participante equipara as vozes a uma ressonância da comunicação dos outros na sua mente
	<i>“parece que o silêncio foi interrompido pelo pensamento que tudo está a ser vigiado, tudo está a ser percebido.”</i>	Evasão de pensamentos	Pensamentos de que está a ser vigiada
	<i>“Da TV! Eu acredito que quando estou a ver televisão que aquilo que estou a ver, sabem aquilo que estou a ver.”</i>	Proveniente da televisão	Crença de que a televisão lhe transmite certas mensagens
	<i>“acredito que as minhas pessoas conhecidas, sabem se estou a ouvir música, ou melhor acredito que as pessoas conhecidas, as psiquiatras, tem acesso aquilo que eu estou a fazer”</i>	Proveniente de agentes conhecidos	O controlo ou estado de vigilância é feito por pessoas que o participante conhece
Características	<i>“às vezes os ruídos dos automóveis, quando passam na rua...”; “interpreto o ruído como se fosse dirigido a mim...”; “todos os ruídos são poluição, eu acredito que os ruídos são para mim...”</i>	Ruídos	Ruídos que lhe são dirigidos
	<i>“são coisas externas, eu interpreto os sons de uma maneira, acreditando que sou a causa desses sons, que os sons existem por minha causa.”</i>	Proveniente do meio externo	Sons provenientes do exterior que são provocados pelo indivíduo e dirigidos ao mesmo
	<i>“são mais ameaçadoras que amigáveis, porque é para expiar aquilo que estou a sentir. Vozes amigáveis não tenho”; “fico completamente descoordenada, perco o equilíbrio e tenho que me deitar...”</i>	Experiência ameaçadora	A experiência é ameaçadora e desencadeia reações aflitivas ao indivíduo
	<i>“...réplica de sensações para me conduzir ao estado de desequilíbrio.”</i>	Sensações desagradáveis	A experiência é vivenciada como sendo uma sensação desagradável
	<i>“eu penso que a pessoa que tenha os mesmos sintomas que</i>	Diagnóstico	Acredita que os mesmos sintomas levam à deteção do

	<i>eu, que eu até falo regulamente ao telefone, tem mesmo diagnósticos que eu, mas não tenho a certeza, mas é esquizofrenia, o meu é esquizofrenia paranoide.”; “...digo com muito frequência «eu não sou a doença, mas apenas o diagnóstico».”</i>		mesmo diagnóstico. Aceita o seu diagnóstico e não um estado de doença
Conteúdo	<i>“eu acho que a música que passa na rádio me é dirigida (...) que algumas músicas, sobretudo portuguesas, são dirigidas para mim”; “nesse sentido acreditei que a letra da música me era dedicada.”</i>	Conteúdo musical	Quando ouve música, a participante percebe-a como que lhe está sendo dirigida
	<i>“aumenta o potencial da fantasia, da imaginação, etc.”</i>	Potenciam o seu pensamento fantasioso/ imaginação	A sua experiência potencia o seu pensamento fantasioso e a sua imaginação, mas maioritariamente que é limitativa, o que lhe causa um certo desconforto
	<i>“...quando tenho esses sintomas acabo por sentir-me apesar de tudo ferida, sentir-me um alvo a atingir.”</i>	Experiência condicionante	
	<i>“pode dar origem a interpretações agradáveis ou interpretações desagradáveis”</i>	Vozes potenciadoras vs. vozes limitativas	
	<i>“acho que quando estou a pensar coisas muito íntimas que conseguem ler-me o pensamento.”</i>	Telepatia	Agentes externos conseguem ter acesso aos seus pensamentos mais íntimos

<b>P4, 51 anos</b>			
Categoria	Narrativa	Temas emergentes	Comentários
Origem	<i>“Logo muito pequenino, aí uns 4 anos.”</i>	Infância	Surgimento precoce das vozes
	<i>“não faço a mínima ideia, foi de uma mulher (...) varia, às vezes é de homem, às vezes é de mulher, às vezes é homem e mulher a falarem.”</i>	Imprecisão da identidade	Dificuldade em determinar identidade/ agente das vozes
	<i>“Às vezes vou na rua sinto a chamarem pelo meu nome, viro para esquerda e para a direita e não vejo ninguém.”</i>	Veracidade da voz	Procura por um agente externo verídico
	<i>“sim, às vezes, não sei descrever para papel...”</i>	Ruídos	Audição de ruídos, no entanto, tem alguma dificuldade em descrevê-los; agente ausente
Características	<i>“eu às vezes tou a pensar numa coisa, e ouço vozes de outra coisa, que nem tem nada a haver com o que estava a pensar.”</i>	Evasão de pensamentos	As vozes evadem com os seus pensamentos, recorrendo a conteúdos de outra natureza
	<i>“não, ameaçadoras, não. Não faço a mínima ideia, se são amigáveis ou ameaçadores.”</i>	Sem atribuição de carácter	Imprecisão quanto ao carácter das vozes, contudo há uma rejeição em atribuir um carácter ameaçador às vozes.
	<i>“as vezes o que ouço à noite são da minha cabeça, é derivado da doença.”</i>	Proveniente da doença	Atribui a causa das vozes à doença mental
Conteúdo	<i>“Quer dizer eu ouço, mas não entendo exatamente o que estão a falar.”; “são mensagem impercetíveis”</i>	Sem conteúdo preciso	O conteúdo das vozes não é compreendido com precisão
	<i>“não sei fazer essa distinção”</i>	Sem definição de funcionalidade das vozes	Dificuldade em definir a funcionalidade da voz
	<i>“nem há razão para confundir porque estou sozinho. É como agora estamos aqui os três e aí podia confundir o que estava a ouvir.”</i>	Confusão mental	Por vezes confunde as vozes com o que ouve, principalmente na presença de outras pessoas

<b>P5, 42 anos</b>			
<b>Categoria</b>	<b>Narrativa</b>	<b>Temas emergentes</b>	<b>Comentários</b>
Origem	<i>“Comecei a ouvir em 2005, não senti que seria um problema, sentia-me à vontade.”; “senti gritos e por aí fora, então dizia epa é uma coisa meia perigosa, então ficava preocupado</i>	conotação positiva vs. Conotação negativa	Inicialmente não foi dada uma conotação negativa à experiência, contudo posteriormente ao longo do tempo relevou-se perigosa e assustadora
	<i>“...sentia a voz como se fosse um Deus.”; “comecei a acreditar mais na religião cristã.”</i>	Voz proveniente de Deus	Foi dada uma conotação religiosa e proveniente de Deus às vozes que ouvia; agente individualizado externamente
	<i>“rezava para pedir perdão”; “tenho de pedir que me perdoem e que eu continue a rezar”; “sentia gritos e por aí fora (...) coisa meia perigosa, então ficava preocupado.”</i>	Castigo divino	Atribuiu às vozes uma causa religiosa de carácter punitivo, como uma espécie de castigo divino que acredita
	<i>“idade nunca imaginei (...) voz feminina (...) voz nunca foi direta a mim</i>	Identidade da voz	Voz caracterizada como sendo do sexo feminino, sem atribuição de idade, que não se dirigia diretamente ao ouvinte
	<i>“...fica confuso, estavam a falar pra mim, mas não percebia.”; “...ouvia e não sabia porquê que ouvia.”; “porquê que eu estou a ouvir?”</i>	Questionamento da causa	Questionava-se acerca das causas do surgimento das vozes
	<i>“vou continuar a rezar para que me perdoem (...) para que saia da prisão.”; “vou rezar para que Deus me tire da prisão e que não volte a fazer as minhas coisas (...) transportar erva africana.”</i>	Racionalização	Tentativa de compreender o surgimento das vozes
	<i>“a altura de sair, da data, eu saí de manhã”; “eu vou desistir disto e vou seguir a minha forma de estar na cidade”; “A partir daí deixei de ouvir vozes”; “estava a mendigar nas praças de Londres”</i>	Libertação	Assim que saiu da prisão, optou por ficar numa situação de sem abrigo, o que lhe levou a “libertar-se” das vozes
	<i>“...ouvia, mas não ligava, às vezes sentia que era uma antecipação de uma má situação”</i>	Ruídos	Ruídos percecionados como uma previsão de uma situação negativa
	<i>“...pensei que fosse, portanto, Deus (...) daí que pensei as tivesse a crer perceber se era para mim</i>	Agente individualizado externamente	Vozes surgem de uma agente externo, de natureza religiosa
	Características	<i>“...senti que estava a aproximar do seu saber para eu poder satisfazer à sua vontade ou tentar satisfazer a vontade da voz.”</i>	Satisfazer as vozes
<i>“às vezes sentia que era uma voz ameaçadora”; “sentia que as vozes eram amigáveis? Senti quando saí da prisão.”; “às vezes sentia que me estava a</i>		Vozes ameaçadoras vs. Vozes amigáveis	As vozes tanto são ameaçadoras ou amigáveis, a sua amistosidade está associada à saída da prisão

	<i>favorecer, às vezes sentia que não, que estavam a tentar afastar-me do perigo”.</i>		
	<i>“Daí senti que era uma ameaça, daí também foi o único problema que eu vi, de resto já nem me lembro de ser um perigo ou alguma coisa que fosse injusto comigo”</i>	Ameaça circunstancial	A voz representava uma ameaça circunstancial
	<i>“estava no autocarro e de repente ouvi uma voz a tentar me avisar do perigo”</i>	Voz diligente	Carácter amistoso da voz, que o adverte dos perigos
	<i>“Nunca julguei que fossem de doenças mentais”; “pensei foi que fosse do além, que fosse Deus nesse caso”</i>	Causa religiosa	Não atribui uma causa patológica às vozes, mas sim uma causa religiosa
	<i>“E também os meus sonhos de certa forma me deixavam um bocado confuso, umas vezes me sentia esclarecido, outras vezes me sentia confuso...”</i>	Esclarecimento vs. Confusão mental	A associação a voz divina por vezes era clara para o indivíduo, outras vezes causava uma certa confusão mental
Conteúdo	<i>“tento seguir à minha maneira e quando tento colaborar às vezes sempre saíu um bocado triste e quando tento não colaborar, então mais complicado e quando tento colaborar e tentar evitar mais surpresa me sai, às vezes agradáveis, outras vezes não, e também procuro sempre o meu direito e também tenho o direito de não estar a fugir dos meus ecos.”</i>	Vozes de comando	Por vezes contraria/ evita o comando ou conteúdo que é transmitido pelas vozes
	<i>“A voz nunca comunicou comigo, nunca”; “...a falar com outras pessoas penso eu”; “...a tentar saber se era para mim e com quem é que a voz está a falar.”</i>	Comunicação indireta	A voz não comunicava diretamente com o indivíduo, este tinha a perceção de que a mesma se dirigia a outras pessoas
	<i>“...estou a ouvir, mas faço de conta que não estou a ouvir.” “Pronto, as vezes até tento disfarçar que não estou a ouvir nada.”</i>	Rejeição	Por vezes o participante rejeita o que a voz está a transmitir
	<i>“Às vezes parece que estou a ouvir, outras vezes bem também tento imaginar, bem posso sonhar, posso fazer muita coisa sempre que for preciso e de repente desperto e digo «para quê tantos sonhos e um dia não conseguir nada?»”; “mas porquê é que eu vou buscar sempre o futuro?”.</i>	Reflexo dos seus pensamentos Sonhos e desejos futuros	As vozes por vezes são um reflexo dos seus pensamentos, associado a sonhos e desejos futuros
	<i>“não, não, nunca aumentaram o meu potencial, eu tento sempre seguir o que eu acho que é certo (...) mas tento associar sempre,</i>	Incerteza da potencialidade da voz	Incerteza da influência da voz relativamente ao seu potencial ou processo de criação, no entanto, tenta

---

*se tem a ver, se tiver mais ainda  
estou à vontade...”*

---

sempre compreender se existe  
alguma associação entre  
ambos

---