"Trencar tabús" compartint experiències: el grup adreçat a persones que escolten veus de Girona compleix deu anys

L'espai pioner a Catalunya ha ofert suport a més de 200 usuaris amb problemes de salut mental al llarg de 312 sessions

---

El grup d'escoltadors de veus i experiències sensoperceptives inusuals de Girona compleix deu anys. L'espai pioner a Catalunya ha ofert suport a més de 200 usuaris amb problemes de salut mental al llarg de 312 sessions de grup i 54 trobades obertes. Es tracta d'un grup obert i gratuït adreçat a persones que escolten veus o que viuen altres experiències al·lucinatòries, com visions o sentir olors. Qualsevol relacionada amb els cinc sentits i que només "perceben ells i la resta de la gent no". L'objectiu d'aquestes trobades és reduir l'angoixa associada a les vivències, comprendre'n el sentit emocional i "trencar tabús" parlant-ne obertament. Marta Torrent fa vuit anys que participa en el grup i afirma que l'ha ajudat a sentir-se "normal".Cada dilluns a la tarda, la biblioteca Carles Rahola de Girona es converteix en un espai segur on les veus internes deixen de ser un secret. La filosofia del grup és clara: escoltar veus és una experiència humana i, encara que sigui poc habitual, el "problema" no són les veus o les altres experiències al·lucinatòries, sinó la relació que la persona estableix amb elles."Com a experiència humana la pot tenir tothom i s'ha de poder redefinir", afirma la psicòloga clínica Susana Romero, que remarca que al grup treballen compartint les experiències i defugint les etiquetes del diagnòstic: "Quan parles de diagnòstic ja estàs donant una resposta a tot el que et passa. La persona ha de poder tenir l'oportunitat de pensar-se i de poder reflexionar i plantejar-se què li passa i per què li passa"."Jo crec que la clau és poder tenir un lloc de trobada, un lloc on saps que pots parlar de l'experiència extrasensorial de la manera més sincera possible. Com a psicòloga, intento sempre complementar la part emocional, poder parlar d'història vital, d'història traumàtica, però és veritat que, el poder del grup és poder compartir, parlar de les veus sense tabús, perquè penso que encara són temes que no es parlen de manera espontània i a la societat no formen part del discurs social", ha afegit Romero.De fet, ha assenyalat que dins el projecte comunitari han pogut compartir que no totes les veus o experiències extrasensorials són iguals i, sobretot, que no porten aparellat el mateix patiment psíquic perquè alguns usuaris conviuen amb elles i tenen vides totalment normalitzades però d'altres no. "Al grup ara ja pensen d'una manera molt profunda, molt sana, volen viure, volen viure amb les veus o sense les veus, però volen fer la seva vida", ha recalcat.A banda de les trobades setmanals, fa set anys que el projecte va ampliar el seu abast amb 'Trobades: Parlem de veus?'. És un espai mensual obert a familiars, amics, professionals i persones interessades que busca trencar l'estigma i fomentar el diàleg obert sobre aquestes experiències humanes, sovint invisibilitzades.Marta Torrent fa vuit anys que participa en el grup. Veu una ombra des de petita arran d'una experiència traumàtica i ja d'adulta va començar a sentir veus. Segons ha explicat, mai ho va voler explicar a ningú perquè li feia "por" el que poguessin pensar d'ella. Quan el seu pare va morir, va rebre atenció psicològica i va ser allà on ho va explicar i quan va començar a anar al grup.Torrent assenyala que conviu tant amb l'ombra com amb les veus i que, de fet, a casa en fan mitja broma amb el seu fill, a qui li va explicar des de ben petit "perquè no s'espantés": "Quan perdem alguna cosa, diem que deu haver estat l'ombra". "Estic molt contenta de venir al grup perquè penso que ja no soc tan rara, aquí em sento normal", remarca.La mare d'un altre membre del grup, Maria Germà, assenyala que per a ella el grup ha estat cabdal per poder entendre millor el seu fill: "Des del començament, quan vaig sentir que hi havia un grup de veus que sortia de l'hospital i anava a una biblioteca vaig trobar-ho genial. I el que he trobat aquí, primer de tot, és acceptació i sobretot que es respecten els tempos de cadascú". Germà també ha destacat el recolzament mutu en moments "molt durs" que també han viscut dins el grup.Els participants del grup destaquen com a molt beneficiós poder compartir l'experiència, tant sobre les veus com per desfogar-se emocionalment. Al mateix temps, també serveix per tenir la possibilitat de parlar de situacions doloroses passades i de l'impacte emocional, la majoria

de les vegades pendents de verbalitzar i sense entendre-les des del vessant del sofriment acumulat i la relació amb el símptoma.Tot i que a Catalunya és un projecte pioner, els grups d'escoltadors de veus van començar a constituir-se a finals dels anys 80 als Països Baixos i al Regne Unit, inspirats en el treball de Marius Romme, psiquiatre social holandès. La psicòloga clínica Susana Romero ha explicat que va arribar a l'IAS de la mà d'una resident que va estar un temps a Londres: "Va venir emocionada dient que allà parlaven de les veus d'una manera molt més oberta". Van posar fil a l'agulla i van crear el grup, que va funcionar primer tres anys en l'entorn hospitalari fins que finalment van apostar per fer les trobades en un equipament comunitari, com és la biblioteca.El grup està obert a qualsevol persona de les comarques gironines tot i que, per proximitat, la majoria dels participants solen ser de Girona o de municipis del Gironès.

Font del document:
https://www.diaridegirona.cat/girona/2025/11/04/trencar-tabus-compartint-experiencies-grup-123332385.html