

EL HORROR DE LO INCIERTO **INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA CON VÍCTIMAS DE SECUESTRO**

Diana María Agudelo V.

Psicóloga Universidad de Antioquia. Especialista en Psicología Clínica Uninorte. Docente Universidad Pontificia Bolivariana de Bucaramanga. Tutora Especialización en Psicología Clínica Uninorte.

*"Le debo una canción a una bala, a un proyectil
que debió esperarme en una selva:
le debo una canción desesperada,
desesperada por no llegar a verla".*
Silvio Rodríguez

INTRODUCCIÓN

Los elementos que pretenden ser abordados en el presente texto corresponden a un primer intento por formalizar una experiencia de trabajo; son "las notas después de las consultas" y por ello su objetivo no es más que compartir algunos acercamientos que en gran medida provienen de recursos del sentido común- del psicólogo-, unidos a los planteamientos de la terapia cognitiva. Pretenden responder a la urgente necesidad de crear métodos de intervención puntuales alrededor del complejo mundo del secuestro, articulando, ojalá, la experiencia de los demás profesionales que por diversas vías, viene atendiendo este tipo de pacientes.

No cabe duda acerca del valor que los seres humanos asignan a la vida como posesión suprema y como derecho fundamental. Sin embargo en situaciones particulares como las de nuestro país, donde hay una violación atroz y sistemática de la vida; la vida envejeciente, la vida niña, la vida combatiente, la vida inocente; es difícil pensar el lugar del valor intrínseco de la existencia y más aún, cuando se pasan por alto la calidad, la autonomía y la autodeterminación frente a la misma.

En este orden de ideas, la cultura humana ha establecido relaciones con la vida y la muerte signadas por el misterio, la incertidumbre y a veces el horror ante lo incomprendido. El origen y el final de la vida se han erigido como los dos enigmas fundamentales del ser humano. Por su parte cada sistema de pensamiento: mítico, religioso, científico, espiritual, entre otros muchos, han tratado de responder a estos interrogantes permaneciendo siempre un remanente oculto, y hasta ahora insondable.

Acerca del horror a la muerte y como exaltación de la decisión propia frente a la vida dice Pavese: "**Prefiero morir y no que me mueran**", expresión que se establece como ideal universal cada vez menos alcanzable en contextos como el colombiano. Indiscutiblemente el horror tiene que ver con lo incierto del suceso, lo inesperado, lo inexplicable; y muchas veces incluso lo sabido, lo esperable que en casos como el de los pacientes terminales, puede llegar a ser.

En lo particular la posición aquí contenida es que hay cosas que son peores que la muerte, situaciones de sufrimiento de proporciones incalculadas e indescriptibles en donde se consigue abandonar la lucha por la vida pues la vulnerabilidad y la desesperanza son de tal magnitud que velan las expectativas de restablecimiento del equilibrio.

Acerca del sentido psicológico de la muerte dice Bettelheim: *"Desde el punto de vista psicológico tiene sentido que empecemos a preocuparnos sobre el significado de la vida cuando estamos padeciendo pruebas y tribulaciones serias ya que entonces la búsqueda de una respuesta tendrá un propósito. Nos parece que si pudiéramos dar con el significado más profundo de la vida entonces también podríamos comprender el verdadero significado de nuestra aflicción (y de paso, de la aflicción de los demás) y esto respondería a la candente pregunta de ¿porqué tenemos que soportarla, porqué se nos impone?"*.

No en vano se plantea cómo el secuestro es una muerte suspendida, en donde se agrieta e incluso puede perderse, el sentido de la vida cuando tanto la víctima como sus seres queridos son colocados en la posición de la impotencia en donde las manos y la conciencia están casi literalmente atadas.

La realidad del secuestro en nuestro país, alcanza cifras exorbitantes, sobre todo en las últimas décadas, aunque los casos se conocen desde 1933. Y aunque otros países, especialmente latinoamericanos, reportan hechos de significación similar, definitivamente la incidencia es mucho menor a la nuestra.

Ante tan alarmante realidad el Estado Colombiano ha tomado partido desde el ente administrativo y en la actualidad se cuenta con leyes de la República que tipifican el secuestro como delito y reglamentan algunas situaciones conexas. Vale citar en primera instancia, el derecho consagrado en la Constitución Política de 1991 acerca de la vida y el respeto a la misma, indicando su carácter de inviolable. En otra parte el Artículo 268 del Código Penal describe las sanciones correspondientes a quienes incurrieran en el delito; y la ley 40 del 93, o ley antisequestro, el Decreto 1465 del 95 y la Ley 282 del 96, además de clasificar las modalidades del secuestro, establecen las políticas estatales frente al manejo de uno de los mayores flagelos del país.

Sin embargo y de manera contradictoria frente a las políticas del estado, el secuestro se ha tecnificado, se ha pluralizado y se ha extendido hacia sectores del país y de la población hasta hace poco privilegiados, si así puede decirse. Las estrategias se han vuelto profesionales, los actos más perversos y el tratamiento a los secuestros mucho más planificado y sofisticado. Otro horror: un delito que crece y se fortalece cuando se lucha por erradicarlo.

Ahora bien, en lo referente a las implicaciones psicológicas y a los efectos colaterales generados por la experiencia del secuestro en la víctima y sus familiares, sólo en los últimos diez años se ha empezado a investigar y realmente no son muchos pero si muy valiosos los trabajos que se han venido realizando con la intención de comprender la incidencia del secuestro en la vida particular y en lo social en general. Sin embargo al

buscar información relacionada con alternativas de intervención psicológica con las víctimas y sus familiares, el material es muy poco y sólo se encuentran incipientes intentos por formalizar la experiencia clínica, elemento necesario para poder comprender el fenómeno e intervenir de manera eficaz.

II. LA AMENAZA DEL SECUESTRO

El drama del secuestro no siempre inicia con la captura cada vez más esperable aunque no precisamente predecible, de la posibilidad de ser plagiado o de que alguien cercano lo sea. La pregunta de ¿por qué a mí?, sistemáticamente se ha venido cambiando por la de ¿porqué no a mí?. Lo que antes estaba dirigido a personas específicas, por razones puntuales, hoy simplemente puede ser un asunto del azar: tomar justamente ese avión, ir precisamente a ese lugar, tomar esa ruta, ser quien se es, tener o no tener... los criterios han cambiado: de los criterios de selección se ha pasado a los criterios de no exclusión.

Ante esta realidad, la sensación permanente de miedo, de desasosiego, de impotencia, toma formas tales como la ansiedad, la depresión, y otra serie de alteraciones psicológicas que aumentan la vulnerabilidad de las personas frente a la amenaza potencial del secuestro.

Indiscutiblemente variables como la edad, el sexo, la personalidad y la historia particular, entre otras, determinan una mayor o menor vulnerabilidad al daño. La forma como los individuos valoran la amenaza establece estrategias de afrontamiento distintas.

Esto indica la necesidad de abordar tras la solicitud de la persona, todo un trabajo frente al estrés y la ansiedad conducente a moderar una angustia latente que de ninguna manera se podría considerar como irracional pero que de entrada se sabe, está marcada por una evaluación cognitiva peculiar que activa emociones secundarias específicos y que genera disfuncionalidad y malestar.

Otro es el caso de quienes en realidad y a título propio reciben la amenaza de ser secuestrados. El calvario comienza con la amenaza pero no se sabe ni cuando ni cómo va a concluir. La sensación de ser perseguido, vigilado constantemente, genera una amenaza a la privacidad a veces insoportable. El temor a todos y a todo, la posibilidad permanente y cada vez más cercana del plagio, se convierten en torturas que a veces traspasan los límites de tolerancia y entonces vienen la lucha o la huida como recursos cognitivos de afrontamiento a jugarse la carta por el equilibrio. El éxodo permanente hacia otros países es la huida de algunos, otros prefieren aumentar su seguridad con sofisticados equipos humanos y tecnológicos, otro gran grupo, el de las mayorías, que carece de los medios económicos para poner en marcha alguno de los anteriores y que además no confía en que el Estado lo proteja porque las estrategias que utiliza son anodinas e incluso inoperantes, vive la amenaza del secuestro confiando y tratando de creer que no le va a ocurrir, que Dios lo va a cuidar y finalmente se resigna dolorosa y osadamente ante la realidad.

La amenaza del secuestro cambia el estilo de vida, las rutinas, las relaciones, los planes, la relación con el tiempo, la calidad de vida. Acalla la voz porque podría resultar peligroso hablar de eso y entonces sólo se hace con personas específicas y con fines tácticos. No hay

mucho, casi ningún cuestionamiento del miedo, más bien hay un agrietamiento constante en las fortalezas del afrontamiento y el miedo poco a poco, como el enemigo silencioso se generaliza, expresándose en alteraciones somáticas, en el estado de ánimo, en las disfunciones relacionales y en toda una gama de alteraciones en la salud integral en general.

Estas condiciones son propicias para que se active el esquema cognitivo de la ansiedad, caracterizado por la hipervigilancia fisiológica y las ideas de incontabilidad e impredecibilidad.

III CUANDO LA AMENAZA SE CUMPLE

Aristizábal describe varios momentos de la crisis generada cuando ocurre el plagio:

- I. Fase inicial: captura y noticia del secuestro.
- II. Cautiverio: Periodo de adaptación y negociación.
- III. Liberación o desenlace.
- IV. Reencuentro familiar.
- V. Superación del trauma.

Con relación a las dos primeras fases es importante anotar cómo el acompañamiento psicológico es fundamental, pues la familia enfrenta una serie de miedos y conflictos que amenazan la estructura familiar.

Usualmente la búsqueda de ayuda no se da en la primera fase, sino cuando el impacto psicológico ha comenzado a generar otras dificultades, particularmente la depresión.

La familia vive con temor la ausencia de su ser querido, no sabe qué hacer, teme al teléfono el cual se constituye en un enemigo, aunque de forma ambivalente, puede ser y así se desea, el portador de la noticia de la liberación.

Hay un proceso de ajuste a la nueva realidad, asuntos de lo cotidiano tienen que ser resueltos, aunque el deseo de hacerlo pueda ser vago e incluso inexistente. El secuestro se vive y de hecho lo es, como una pérdida que va más allá de la pérdida del ser querido, es la pérdida de la tranquilidad, de la libertad, de la privacidad, del lugar en el mundo, de lo que para cada uno sea lo más preciado.

Se instaura la necesidad de asumir roles y cumplir funciones interrumpidas abruptamente. Como cualquier sistema, también en la familia el todo es más que la suma de las partes y por ello éstas últimas tienen que intentar mantener el equilibrio que le garantice la supervivencia cuando ésta es amenazada.

La situación es propicia para que se reactiven conflictos anteriores no resueltos, para que se reactiven pérdidas pasadas no asumidas, para que surjan sentimientos de culpa, impotencia y en último término de desesperanza.

La familia requiere información. Con frecuencia no saben cómo actuar, si denunciar, negociar, huir, enfrentar, en fin, son muchos los interrogantes y pocas las salidas, logrando incrementar la hipervigilancia y con ello toda una vida de miedo e incertidumbre.

La atención familiar tiene que partir de una escucha muy rigurosa de las necesidades y pedidos de cada uno de los miembros de la familia. De allí que la intervención tenga que hacerse desde un equipo interdisciplinario ya que las dudas y requerimientos no pueden ser resueltos y satisfechos por el psicólogo exclusivamente.

El psicólogo tiene que desarrollar altos niveles de tolerancia a la frustración, pues el trabajo y los logros suelen ser fluctuantes. A veces se aquietan los conflictos en un intento de elaboración, otras veces se reactivan de forma espontánea y muchas veces ante cualquier indicio o señal relacionada con el secuestrado. Los plagiadores se vuelven expertos en jugar con la estabilidad emocional de las familias como una estrategia para presionar la consecución de sus finalidades.

El temor al "nunca jamás", a la muerte del ser querido, a la imposibilidad de encontrar en dado caso su cadáver, son temores persistentes que a su vez generan una profunda culpa por el solo hecho de ser siquiera pensados. De ahí que haya siempre una espera de señales de supervivencia y una necesidad imperiosa y compensatoria a través de recursos de diversa índole (rezos, promesas, compromisos, pactos, etc).

La vida familiar se circunscribe casi de manera exclusiva a la ausencia del ser querido aún en detrimento de los que están en casa. La preocupación constante por si su familiar puede comer, está sano, puede abrigarse, tiene dónde dormir, cómo lo tratan, qué piensa, ocupa las largas y tediosas noches de insomnio y los interminables días del cautiverio. Cuando hay niños, una preocupación adicional tiene que ver con qué decirle, cómo decirlo, si ocultarlo o no, en fin toda una confusión.

Ante todos estos asuntos el lugar del psicólogo es decisivo. Poder comprender y mediar entre los miembros de la familia, ayudarlos a esclarecer los asuntos por resolver, favorecer el clima de mayor entereza para que la familia tome las decisiones pertinentes y asuma las consecuencias que estas acarrearán, son funciones propias del acompañamiento psicoterapéutico. Favorecer la expresión de las emociones, escuchar las quejas, los lamentos y las condenas, son espacios de gran valor sobre todo cuando estos asuntos no pueden ser ventilados delante de otros familiares a quienes por distintas circunstancias se les considera más vulnerables y en consecuencia se teme hacerles un mayor daño.

Hay un trabajo importante de hacer con la familia con relación al secuestrado y tiene que ver con el ofrecimiento de información sobre su estado que pueda llevar a pacificar un poco a sus familiares. Aunque no se sabe a ciencia cierta, se ha escuchado que cuando se conoce quiénes son los captores y cuál el motivo del plagio, se pueden predecir, por decirlo así, el trato y las condiciones generales a que puede ser sometido el secuestrado. Sin embargo no puede olvidarse el cuidado que hay que tener con no crear expectativas falsas y someter a la familia a otro engaño.

Hay que considerar que aunque la situación del secuestro es una situación límite de amenaza y daño reales, la tendencia propia del ser humano a catastrofizar se hace evidente y muchas veces causa más daño de lo que en realidad el acontecimiento podría generar. De hecho, las amenazas son potencialmente mayores en la imaginación que en la realidad.

Este punto implica el trabajo en la búsqueda de alternativas que lleven a la familia a descatastrofizar la situación, lo que en últimas es toda una reestructuración cognitiva conducente a que la persona adquiera estrategias de afrontamiento eficaces.

En la misma línea puede ser importante tanto como estrategia para la familia para salir del lugar pasivo en la ubicación los secuestradores, como para ayudar al secuestrado a recuperar el fragmento de vida que le arrebatan tras el plagio, implementar acciones para mantener la memoria histórica de los días de ausencia del ser querido.

Cuando las familias consiguen sentirse autoeficaces en alguna medida y logran romper con la impotencia a que se ven abocados, logran un afrontamiento de mejor calidad que si no lo hacen. Así, registrar los días, los acontecimientos importantes, los sentimientos, las palabras, las acciones y los pensamientos de los familiares, ya sea escribiendo, haciendo registros gráficos o audiovisuales, preservando el lugar y los objetos personales del secuestrado de la manera como el lo haría, cuidando su mascota, por ejemplo, manteniendo sus cosas intactas, es decir respetando el poco mundo privado que le queda, pueda ayudarle a la víctima, ahora al sobreviviente a asumir y elaborar el trauma del secuestro.

IV. RENACER CUANDO NO SE HA MUERTO DEL TODO

Otra situación es la que se genera cuando por la razón que fuera (fuga, liberación, rescate, etc.) el secuestrado retorna a su hogar. El reencuentro familiar implica un nuevo periodo de adaptación, surgen sentimientos encontrados: alegría y tristeza, rabia y remordimiento, ira y compasión y otros muchos que están influenciados por el tipo de vínculos que se establecieron antes y durante la retención.

Indudablemente cesa un padecimiento pero surgen otros que a veces duran toda la vida. La condición de superviviente del secuestrado involucra dos asuntos centrales: el trauma original que arrebató la libertad, la autonomía, el mundo afectivo, el trabajo, el sosiego, parte de la vida; y el otro aspectos, los efectos a largo plazo del trauma que exigen formas especiales de control para no sucumbir ante ellos.¹

Tras el reencuentro, el secuestrado quiere reintegrar su existencia, recuperar los múltiples fragmentos de una vida resquebrajada, de ahí la utilidad de los registros hechos por sus familiares.

La situación vivida por el sobreviviente al secuestro es lo que en la psicopatología llamaríamos estrés postraumático, antecedido, obviamente por una fase de estrés agudo (DSMIV). Esto indica la presencia de alteraciones que se evidencian fundamentalmente a través de los siguientes síntomas:

¹

- Rescencificación del hecho a través de sueños reiterados, alucinaciones, recuerdos persistentes y sensaciones de malestar.
- Sensación de que el acontecimiento está acaeciendo en el momento (flashback).
- Malestar psicológico intenso e hiperactividad fisiológica al exponerse a los estímulos relacionados con el evento.
- Deterioro social, académico, laboral y afectivo.

La modificación del sistema de pensamiento es aquí fundamental, ya que lo importante es que la persona modifique su actitud ante el acontecimiento ya pasado y cuyo recuerdo, por definición, no puede ser peor ni más insoportable que la situación misma ya vivida.

Bettelheim describe tres tipos de respuestas ante las situaciones de trauma que aunque están enmarcadas en la vivencia de la experiencia de los campos de concentración, bien podrían ajustarse a la situación del secuestro. Por una parte aparecen quienes sucumben ante las devastadoras consecuencias del trauma, otros hacen un intento por minimizar los efectos del mismo y otro grupo emprende la lucha, de toda la vida, por tratar de hacer frente a las dimensiones más terribles de la existencia.

Con frecuencia aparece un momento inicial, _ que puede prolongarse por mucho tiempo _, de negación del trauma. Este proceso defensivo, tiene un innegable valor adaptativo. Ante la imposibilidad de aceptar la condición dolorosa, el secuestrado puede optar por disminuirle el valor al acontecimiento, lo cual le permite hacer ciertas transacciones con la realidad mucho menos angustiantes.

Estas personas optan por no hablar del hecho e intentan, -fallidamente-, un borramiento de ese fragmento de su vida.

Otras personas por el contrario, se victimizan aún más después del secuestro, intentando reparar su desintegración personal en la búsqueda de atenciones especiales por parte de sus seres queridos lo que en otros términos, podríamos denominar, ganancias secundarias. Este tipo de personas, usualmente e incluso antes del plagio se han caracterizado por su dependencia, por su irresponsabilidad emocional al entregar a los otros su vida y la resolución de sus conflictos. Por ello esta vía se constituye en una funcional manera de rehusarse a asumir la dirección de su propia vida.

En otros casos las reacciones son de un profundo abandono, la primera de las respuestas descritas por Bettelheim. Son aquellos casos donde las personas se sumen en la depresión, sienten que han perdido el sentido de la vida e incluso de la muerte, pues ésta última que tantas veces fue deseada e incluso implorada a los secuestradores como una manera de poner fin al suplicio del cautiverio, a la condición de mercancía, al borramiento de su lugar en el mundo, fue negada de manera sarcástica llevando al plagiado a una situación de desesperanza aprendida.

En estos casos es fundamental tal como se describe en las tareas del duelo, ayudar a la persona a reencontrar el sentido de la vida para que pueda volver a vivir y a sentir a pesar del dolor del trauma.²

En los relatos de los pacientes que se arriesgan a la tarea de ponerle palabras al doloroso hecho del plagio es común encontrar datos que sustentan la tesis acerca de cómo hay cosas peores que la muerte, y en consecuencia, también valores máspreciados que la vida, lo cual explicaría el desapego que ante ésta se expresa en las palabras de León de Greiff³, pero que bien podrían ser las palabras de los secuestrados:

*"Juego mi vida,
cambio mi vida,
al fin y al cabo la llevo perdida..."*

*Y la juego o la cambio por el más infantil espejismo,
La dono en usufructo o la regalo..."*

*La juego contra uno o contra todos,
La juego contra el cero o contra el infinito..."*

Se podrían continuar describiendo las múltiples formas que adoptan las reacciones del exsecuestrado, sin embargo aparecen elementos comunes, ya que el fin último de estos intentos es la readaptación psicológica y la reconstrucción de la identidad personal, por lo cual se abordarán ahora elementos de intervención generales que requieren ser adaptados a las condiciones específicas de cada caso.

1. EL INTENTO DE RESTITUCION

Finalmente podría decirse que este es el objetivo central del acompañamiento psicológico en duelo por secuestro, aunque al mismo tiempo es necesario aceptar que la restitución no es equivalente al retorno al estado previo, pues de ninguna manera tras el trauma del plagio o de cualquier otro trauma es posible restablecer la vida al momento de su resquebrajamiento. En este sentido el esfuerzo es por reevaluar la interpretación de los hechos, los sentimientos y los pensamientos de tal forma que puedan ser aceptables para el sobreviviente y se logre obtener de nuevo el equilibrio psicológico que les permita reconstruir la historia pasada y comenzar a construir una nueva historia.

Retomando de nuevo a Bettelheim, el requisito previo para que se instaure la reintegración o fase de superación del trauma, según Aristizabal, tiene que ver con la aceptación de que se ha sufrido un trauma cuyo carácter fue intenso y significativo.

De hecho cuando se habla del inicio de una elaboración el primer asunto es descubrir y aceptar lo que hay que elaborar. En la misma línea esta es la mejor opción para hacerle

frente a las recurrentes ideas de culpabilidad y para aceptar la imposibilidad de responder a la pregunta de ¿por qué me salvé? Que estaría en la misma categoría irresoluble de ¿por qué nací?⁴.

El privilegio otorgado a la palabra como elemento reparador no es propia ni específica de la psicología, ha estado asociada a la naturaleza de la existencia humana tal como lo describe Lain Entralgo en la historia de la curación por la palabra⁵. Sin embargo sí es el método por excelencia, que utiliza puntualmente, la intervención psicoterapéutica.

Desde esta perspectiva es un hecho que la elaboración tenga que ser atravesada por la expresión de la experiencia cuyo carácter fue tan avasallador que fue excluida de toda explicación, de toda palabra distinta de horrible, insoportable, invivible y se ha inscrito en el terrero del destierro, en el horror de sueños recurrentes, en la persistencia de síntomas somáticos y en el mantenimiento de sentimientos de ira, frustración y miedo.

Ante lo complejo de la experiencia el tratamiento no puede ser desde sólo desde la razón sino que, partiendo de allí, logre modificaciones emocionales.⁶ No hay que olvidar que en este punto de la problemática aparecen emociones secundarias cuya característica fundamental es el de ser mantenidas por la cognición. De ahí que buena parte del esfuerzo terapéutico tenga que ver con la posibilidad de empatizar con las emociones del secuestrado y sus familiares ya que a ambos pero particularmente al primero le cuesta mucho arriesgarse a hablar imprimiendo a los hechos el tinte emocional que los caracteriza pues lo que le asusta en últimas "son las miserias nacidas en el secuestro...porque hablar de aquellos días...es exponer la impotencia y la desesperanza de sus días de cautiverio..."⁷.

En este sentido la propuesta de la terapia cognitivo narrativa descrita por Gonçalves recoge el intento por darle un nuevo sentido a la experiencia tanto a nivel afectivo como cognitivo y comportamental. Este paradigma afirma que los seres humanos se consideran como narradores de historias; sus pensamientos son metafóricos e imaginativos en esencia y la manipulación de los pensamientos es una búsqueda intencional de significados. Además la interpretación de la realidad puede ser accedida a través de operaciones hermenéuticas y narrativas.

Estos planteamientos dan sentido a la tesis de la pluralidad de los significados aún cuando se conserve la idea de los consensos como acuerdos mínimos que permitan hablar y conceptualizar acerca de la realidad de tal manera que el conocimiento y la existencia son inseparables, pero no en el sentido de que todo lo que no sea conocido es inexistente, sino más bien que lo cognoscible está atravesado por la existencia misma, peculiar de quien conoce.

En el plano de lo terapéutico y específicamente al hablar de la intervención con víctimas de secuestro estos postulados descansan sobre la premisa griega de que "No son los hechos en

sí mismos, los que perjudican a las personas, sino la interpretación que éste hace de los hechos que acaecen".

De allí que tenga un valor fundamenta la intervención pues es un hecho que los acontecimientos del pasado no pueden ser cambiados, pero sí en cambio los recuerdos que se tienen de ellos. El exsecuestrado tendrá que vivir, si esa es su elección, a pesar del trauma, tal como bellamente lo expresaba una sobreviviente de los campos de concentración en carta enviada a Bettelheim: "...más de una vez me he dado cuenta de que hay problemas que uno no puede resolver pero con los que hay que aprender a vivir."

La búsqueda de significados alternativos a los hechos, recuerdos, sentimientos y pensamientos que agobian al exsecuestrado cumple la finalidad de volver a conectar la realidad antes y después del trauma, y en ese sentido, tiene un objetivo de compensación. Sin embargo ello no implica que sean funcionales y adaptativos y por ello requieren intervención.

Poder establecer metáforas alternativas le devuelve al exsecuestrado el control que creyó perder en el cautiverio; en este sentido le permite una aproximación para retomar el curso de su existencia, restableciendo su autoeficacia. Este es un logro de grandes proporciones pues una de las mayores, sino la mayor pérdida tras el secuestro es la pérdida de la autodeterminación sobre la vida, que se evidencia en una insoportable sensación de desvalimiento e impotencia.

Esta reelaboración implica acceder a la experiencia de una forma más adaptativa logrando modificar los sentimientos conectados con ella. Si bien es cierto que tal vez las imágenes lo vayan a acompañar buena parte, sino toda la vida, lo que no tendrá que permanecer es el dolor y demás sentimientos concomitantes. Para el exsecuestrado esto parece imposible de alcanzar, pues la hipersensibilidad es tan alta que cualquier evento o incluso recuerdo, puede ser detonador de toda la experiencia emocional de forma intensa, incontrolable e impredecible, según él.

Es un hecho que al recordar y expresar con palabras las escenas, los miedos, las desesperanzas, tratando de cuestionar los pensamientos automáticos y las creencias disfuncionales que los sostienen, se va poco a poco, cambiando el significado y se las puede empezar a ver como más soportables y menos desbordantes de la capacidad de afrontamiento, de tal manera que al hacer una nueva evaluación de la situación y de los recursos de afrontamiento como diría Lazarus , se encuentran mayores estrategias para hacerle frente a la situación actual logrando también la reconciliación con lo hecho u omitido antes y durante el cautiverio.

Este trabajo conduce a la disminución de la culpa que suele aparecer asociada al plagio y el cautiverio, mucho más cuando se dan casos de secuestros masivos y donde la liberación se produce para unos cuantos o de manera escalonada. También se encuentran cuando los secuestradores mueren durante el operativo del rescate y la víctima había establecido algún tipo de vínculo referido al síndrome de Estocolmo.

La culpa también aparece cuando el exsecuestrado recuerda haber deseado e incluso pedido la muerte y entonces para compensarlo trata de enaltecer la vida y dedicar algo de sí y de su tiempo para resarcir el abominable deseo de haber muerto.

Otro de los asuntos a abordar en la intervención hace referencia a la reestructuración cognitiva en términos de la creencia de la influencia del pasado, la idea de minusvalía, y las distorsiones de sobregeneralización y catastrofización, ya que sus efectos podrían ser bastante disfuncionales para la persona. Aún en las condiciones más adversas, hay algo que la persona puede hacer y por ello la idea de que los otros controlan la vida no es completamente cierta. El que los pacientes descubran esto ayuda a disminuir la sensación de desvalimiento y les abre caminos frente a su autoeficacia.

El exsecuestrado pierde la confianza en todo y en todos, se torna excesivamente cuidadoso, lo cual le crea con frecuencia, dificultades relacionales. Atendiendo a esto es fundamental trabajar en asuntos puntuales y tener presentes situaciones como procurar no incumplir ni cancelar las citas, no ocultarle información, no recurrir a las experiencias policivas para obtener datos, pues la víctima necesita saber más que cualquier otro consultante que este lugar es confiable. Solicita certezas, pues todo el cautiverio fue un periodo mediado por el engaño, lo cual se ha vuelto poco deseable para la persona.

De otro lado, hay que estar muy atento a escuchar los miedos, los cambios emocionales, las expresiones del paciente, pues en cualquier momento y a través de cualquier elemento surgen los núcleos problemáticos fundamentales acompañados del respectivo correlato emocional al que tanto teme el exsecuestrado, por lo cual justamente, es necesario estimularlo para que le permita el curso normal a su emoción con el fin de descubrir que no es tan terrible como él creía o como fue cuando ocurrió.

Esta expresión de las emociones implica poder acoger al consultante aún cuando la agresividad parezca ser dirigida hacia el terapeuta pues el encontrar un lugar empático, una relación confiable, le permite volver a creen en las personas y en especial en sí mismo. Este es el momento propicio para realizar un trabajo de reestructuración, pues estamos ante la activación de la emoción y muy seguramente, de la creencia central o de los pensamientos automáticos que la sostienen.

Al lado de estos eventos también aparece la necesidad de que el paciente acepte su condición actual de crisis y asimismo acepte que su rendimiento no podría ser igual al de otro momento o al de otras personas y que hay un proceso necesario para reestablecer el equilibrio, de tal manera que cualquier exigencia adicional es irracional y no contribuye a mejorar su situación sino más bien a disminuir la idea que tiene sobre su valía. Aunque esta es una idea muy generalizada, es particularmente cierta, para las personas autoexigentes y perfeccionistas mejor ilustradas en el patrón de personalidad tipo A en donde la necesidad de control alcanza límites insospechados que llevan al sujeto a comportarse ante las situaciones cotidianas como verdaderas amenazas a las cuáles siempre se tiene que ser capaz de hacerles frente.

"La ilusión de control es la ilusión llevada a su máxima expresión y una forma amañada de mermar la incertidumbre que urge de una realidad evidentemente probabilística.

El abordaje de estos y otros de los conflictos vivenciados tras el secuestro escapan todavía a una completa comprensión, por lo cual aquí sólo se han pretendido esbozar algunos asuntos importantes pero no definitivos al considerar el alcance del entramado mundo del secuestro, por eso es que la perspectiva de la cognitiva narrativa, enunciada aquí podría constituir una aproximación al trabajo psicoterapéutico con este tipo de víctimas.

" La psicoterapia y la narración tienen en común la construcción de una naturaleza humana significativa: cuando los clientes llegan a la situación terapéutica ya tienen narraciones de su vida de las cuales son ellos tanto los protagonistas como los autores. La narración de la vida tiene un final abierto: Las acciones futuras y los acontecimientos tendrán que incorporarse dentro de la trama presente".

A manera de conclusión podría plantearse que hay dos asuntos centrales en el abordaje del duelo por secuestro: de un lado la fundamental referencia al lugar de la escucha clínica como medio para acercarse al misterioso, rico e impredecible mundo de la víctima y de otro lado, de la necesidad de partir, para la intervención, de una postura que reconozca a la persona como dueña de su existencia, le reconozca este lugar y le permita deconstruir, reconstruir y construir su propia historia de una manera más crítica, reflexiva y funcional.

*He sido victimizado.
Estuve en una lucha que no fue justa.
Yo no pedí esa lucha y perdí.
No hay vergüenza en perder esas luchas,
sólo en ganarlas.
He llegado a la fase de sobreviviente
Y no me he esclavizado como víctima.
Miro hacia atrás con tristeza y no con odio.
Miro hacia el futuro con esperanza
Y no con desilusión.
Puede ser que nunca olvide,
Pero no necesito recordar constantemente.
Fui una víctima. Soy un sobreviviente.*

Frank Ockberg.

BIBLIOGRAFÍA

1. ETTTELHEIM, B. Sobrevivir. Ed Grijalbo. España, 1981. Pág.15.

2. MELUK, E.. El secuestro: una muerte suspendida. Ed. Uniandes, Bogotá, 1998. Pág.,4.
3. .ARISTIZABAL , M. Cómo sobrevivir al secuestro. Ed. Intermedio. Bogotá. 2000. Pág.12.
4. PRESIDENCIA DE LA REPUBLICA, Política gubernamental contra el secuestro. Bogotá, 1996.
5. ARISTIZABAL, M. Op. Cit. Pág.46.
6. BETTELHEIM, B. Op. Cit. Pág. 42.
- 7.DIAGNOSTICAL STADISTICS MANUAL OF THE MENTAL DISSORDERS. Ed Masson, Barcelona, 1995. Pág. 439.
- 8.BETTELHEIM, B. Op.Cit. pág.46.
- 9.WORDEN, W. Grief counselling and grief therapy. A Handbook for the mental practitioners. Ed. Springer Publishing Company. New York, 1991. Pág.35.
10. DE GREIFF, L. Relato de Sergio Stepansky. En: Antología de la Poesía Colombiana e Hispanoamericana. Jaime García Maffla. Compilador. Ed Panamericana, Bogotá, 1995. Pág.221.
11. ARISTIZABAL, M. Op Cit. Pág.46.
- 12.BETTELHEIM, B. Op cit. Pág.54
- 13.LAIN-ENTRALGO, P. La Curación por la Palabra en la Epoca Clásica. Ed Arthropos, Barcelona. 1987
14. BETTELHEIM, B. Op Cit. Pág 23.
15. MELUK, E. Op cit, pág. 22
16. GONÇALVES, O. Psicoterapia cognitivo narrativa: La construcción hermenéutica de significados alternativos. En Mahohey, M. Psicoterapias cognitivas y constructivistas. Ed Descleé de Brouwer. Bilbao, 1997.
17. EPICTETO, citado por Ellis, A. en Razón y emoción en psicoterapia. Ed. Descleé de Brouwer. Bilbao, 1994. Pág 15.
18. BETTELHEIM, B. Op Cit. Pág.43.
19. LAZARUS, R Y S, Folkman. Estrés y procesos cognitivos. Ed. Descleé de Brouwer.

Bilbao, 1987. Pág 32.

20. RISO, WALTER. De regreso a casa. Ed. Norma. Bogotá, 1997. Pág. 41.

21. POLKINGHORNE, D. Narrative knowing and de human sciences. Ed. State
University

of de New York Press, Albany, 1988.