

Creencias y conductas irracionales presentes en familiares y víctimas de secuestro y extorsión

Irrational beliefs and conducts present in relatives and victims of kidnap and extortion

FECHA DE RECEPCIÓN: 2010-07-22. FECHA DE ACEPTACIÓN: 2010-10-20

Víctor Julio Salgado-Villegas

Psicólogo clínico. Especialista en Psicología Criminal y Forense. Miembro del Colegio Colombiano de Psicólogos. Jefe, Grupo de Prevención y Atención Psicológica a Víctimas de Secuestro y Extorsión, Policía Nacional, Cali, Colombia. Victor.salgado@correo.policia.gov.co

RESUMEN

El objetivo de esta investigación es analizar las implicaciones psicológicas generadas por eventos de súbita ocurrencia, como el secuestro o la extorsión, que generan, en la víctima y su círculo familiar más cercano, un desequilibrio y desorganización cognitiva, conductual, emocional, física, económica y social, que puede empeorar por las diferentes creencias y conductas irracionales aprendidas y retenidas.

La muestra poblacional estuvo conformada por cinco hombres y cinco mujeres, residentes en la ciudad de Santiago de Cali (Colombia), que fueron víctimas de secuestro y extorsión. Se describen las creencias y las conductas presentes, tanto en las víctimas como en los familiares, y a partir de los postulados de la terapia racional emotiva de Albert Ellis, se analiza cómo estos comportamientos afectan aún más el proceso ambiguo y complejo que deben enfrentar. La recolección de información se logró mediante la entrevista en profundidad.

Los resultados revelaron que las víctimas se sienten responsables, porque “no evitaron estos infortunados sucesos por sí mismas”; encuentran dificultades para afrontar responsabilidades y generan sentimientos de inseguridad, inferioridad y desconfianza, así como el desconocimiento de las propias capacidades. En cuanto a los familiares, sufren perturbaciones emocionales, sumadas a los sentimientos de inutilidad, agresividad, culpa o desinterés, estrés y enfermedades psicosomáticas, así como el aislamiento o la vergüenza.

PALABRAS CLAVE

Secuestro, extorsión, familia, víctima, terapia racional emotiva, Albert Ellis (fuente: Tesoro de política criminal latinoamericana - ILANUD).

ABSTRACT

This research is aimed at analyzing the psychological implications generated by the sudden occurrence of unexpected events, such as kidnap or extortion, by which victims and their closest family circle are fall into a situation of turmoil, unbalance, and cognitive, behavioral, emotional, physical, economical and social disorder likely to worsen according to different either learned or retained and often irrational beliefs and conducts.

The population sample consisted of five men and five women, all of them residing in the city of Cali (Colombia), who had been victims of kidnapping and extortion. In this article, beliefs and conducts present in both the victims and their relatives are described and, based on the postulates of Albert Ellis's rational emotive behavior therapy (REBT), an analysis is made of how these behaviors tend to affect in greater manner the ambiguous and complex process they must confront. Information collection was possible through in-depth interviews.

The results revealed that victims feel in some way responsible for their fate, because, as they say. "they did not, by themselves, prevent those unfortunate events from happening"; they meet obstacles to confront their responsibilities, giving rise to feelings of insecurity, inferiority and mistrust, as well as ignorance of their own abilities and qualities.

As for the family members, they suffer emotional distress and disturbances added to feelings of uselessness, aggressiveness, guilt or lack of interest, as well as stress, psychosomatic illnesses, and isolation or shame.

KEY WORDS

Kidnap, kidnapping, extortion, family, victim, rational emotional behavior therapy, (Source: Thesaurus of Latin American Criminal Policy - ILANUD).

Introducción

El secuestro y la extorsión, como estados de sometimiento irracional, desbordan el súbito e impredecible terror de eventos traumáticos que confunden la vida y la envuelven en un manto de incertidumbre, desesperanza y temor constante de perderla.

La desorganización y desequilibrio cognitivo-conductual provocados por los efectos devastadores de estos delitos encierran un alto grado de violencia, no solo a nivel de la estructura psicológica, que produce consigo un daño psíquico.

Según Echeberrúa y Del Corral, 2004, se genera un daño psíquico por la amenaza a la propia vida o a la integridad psicológica, por una lesión física grave, por la percepción del daño como intencionado o consecuencia de un suceso negativo que desborda la capacidad de afrontamiento y de adaptación.

Todo esto provoca en las víctimas un daño muy elevado, lo que aumenta de dos a tres veces la probabilidad de sufrir algún trastorno psicopatológico con respecto al resto de la población.

Según Guzmán y Aristizábal (2002, 75) los eventos traumáticos, como el secuestro y la extorsión generan grandes dificultades y repercuten en la actividad de la persona en sus diferentes áreas.

La desorganización y el desequilibrio que ocasionan el secuestro y la extorsión se reflejan en diferentes niveles:

1. Nivel físico: se manifiesta en el evidente deterioro de la salud, ocasionado por las condiciones precarias del cautiverio o por el propio descuido de la víctima.

Suele suceder durante el secuestro o después de recobrar la libertad e iniciar el proceso de readaptación social.

2. Nivel económico: cuando la familia o el liberado perciben el notorio detrimento de su economía, porque se vieron obligados a acceder a las pretensiones exigidas por los agresores.

En ocasiones el deterioro económico también ocurre por los gastos que implica realizar las diferentes diligencias para solucionar el secuestro.

3. Nivel político y social: cuando tanto el secuestrado como su familia consideran que el Estado, o las diferentes instituciones que lo representan, no cumplen su misionalidad constitucional y permiten su ocurrencia.

Algunos familiares perciben, por parte de los funcionarios encargados de investigación judicial, una dilatación en la búsqueda de una solución rápida y definitiva, que permita el regreso de la persona secuestrada.

Por tanto, se hace perceptible en el rompimiento de los vínculos sociales, que conlleva a un aislamiento por parte de las víctimas, como en algunos de sus familiares.

Sin embargo, el secuestro y la extorsión han marcado, desde las postrimerías de la década de los 70, de manera sistemática, continua y casi ininterrumpida, la vida de una gran mayoría de personas de la sociedad colombiana (Fondelibertad, 2009).

Por tratarse de eventos circunstanciales, el secuestro y la extorsión se intensifican, tal vez por las creencias irracionales preestablecidas, como pensar que nunca les va a ocurrir o porque la gente considera que “sólo les ocurre a quienes poseen grandes cantidades de dinero”.

Debido a todo esto, muchas personas de los diferentes estratos sociales no se permiten la posibilidad de adoptar una actitud preventiva, lo cual impide que se busquen conductas racionales tendientes a evitar que estos hechos ocurran. Peor aún, porque no permiten reconocer que en cualquier momento pueden ser objeto de esta clase de conducta criminal, de un alto y generalmente inentendible contenido traumático.

Slaikeu (1996, 67), al hablar de las crisis circunstanciales en la vida y al referirse específicamente a esa característica que él llama imprevisión, refiere: “individuos y familias pueden anticipar algunas transiciones de la vida y de ese modo prevenir una crisis, pero pocos son los que están preparados para una crisis circunstancial”. En la mayor parte de los casos, la gente tiende a pensar que eso le sucederá a alguien más. Todo esto ayuda a que, sin darse cuenta, se facilite el accionar de los agresores.

El secuestro, como un desastre provocado por el mismo ser humano, cada día más tecnificado pero que desde sus inicios su fin es atentar contra sus semejantes a través del sometimiento, trae consigo grandes dificultades.

Todo esto con un enfoque perceptivo diferente al que antes del evento se tenía, influenciado en muchas ocasiones por creencias irracionales, que desde el inicio del hecho repercuten en la estructura vital. No solo contra quien se le comete la agresión física y emocional (víctima primaria), sino también contra sus familiares (víctimas secundarias) y vínculos más cercanos (víctimas terciarias).

Eventos de súbita ocurrencia, como el secuestro y la extorsión, no solo sobrepasan las fronteras geográficas, culturales y sociales, sino también las de un entendimiento racional.

La vivencia de estos delitos desarticula, o por lo menos obnubila, la percepción de las relaciones humanas básicas, que permiten vivir en una comunidad, con un orden social establecido, el cual en ocasiones es transgredido por algunos de sus integrantes.

Los que no son descubiertos continúan siendo aceptados socialmente, lo que se constituye en una amenaza latente para sus semejantes. Por el contrario, aquellos que sí se detectan terminan excluidos a través de un régimen carcelario, que busca más aislar que resocializar.

Todas las situaciones descritas con anterioridad son consideradas conductas punibles y, por lo tanto, representan penas privativas de la libertad dentro del sistema judicial colombiano. El mismo Estado es el encargado de la protección contra estos delitos, a través de los diferentes mecanismos y atribuciones jurídicas y sociales que le confiere la ley.

Cuando se enfrenta el secuestro, sea simple –no existe exigencia– o acompañado de la extorsión –extorsivo–, las normas de organización y regulación social logran tergiversarse, o en ocasiones percibirse ambiguas, porque las víctimas comprenden que deben respetar la vida, dignidad y libertad humanas, pero no entienden por qué ese otro no hace lo mismo, quien además se siente con el derecho de irrumpir de manera violenta en su mundo interno y externo.

Después de esto, algunas personas perciben su mundo inseguro y frágil, y en ocasiones se sienten desamparadas y llenas de incertidumbre. Estos hechos permiten vivenciar el síndrome de indefensión aprendida, que según Seligman (1991), citado por Rey (2009), lo describe como una condición psicológica en la que un sujeto aprende a creer que está indefenso y que no tiene ningún control sobre la situación que vivencia, y que cualquier cosa que haga es inútil.



Así mismo, sienten vulnerados sus derechos fundamentales, inclusive la vida misma, pues en ocasiones la víctima es asesinada por sus agresores o muere a causa de las condiciones del ambiente, por enfermedades físicas o mentales adquiridas. A esto hay que sumarle el grave y continuo deterioro de la salud, que en la mayoría de las veces es desatendida por los encargados del cuidado.

Las personas que se convierten en víctimas de extorsión también presentan ciertas dificultades, que interfieren en su ajuste vital. La más observable en los casos atendidos en el Gaula-Valle del Cauca¹ (2010) es el rompimiento o afectación de los vínculos familiares, de pareja, de amistad, con la comunidad y, algunas veces de manera paradójica, con las mismas autoridades creadas para la defensa contra estos delitos, a pesar de que estas buscan ofrecer una alternativa que lleve al mejor desenlace de toda esa trama, no solo desde el orden jurídico sino también desde el aspecto emocional.



Todo lo anterior podría ser menos traumático si se cuenta con una orientación y un acompañamiento psicológico que ayuden a que toda la complejidad de este proceso se logre enfocar de la manera más adecuada y tratar de evitar que se sumen otros efectos negativos.

En determinado momento, esos efectos negativos se pueden ver reflejados en pensamientos y conductas irracionales, que hacen percibir la situación peor de lo que ya está.



También existe el riesgo de exponer al secuestrado y su familia a un dolor innecesario, que se habría podido evitar.

Los delitos violentos, y en especial el secuestro y la extorsión, tal como lo plantean Kilpatrick y Saunders (1989), citados por Rey (2009, 9), son sucesos negativos, vividos de forma brusca, que generan terror e indefensión, ponen en peligro la integridad física de una persona y dejan a la víctima en tal situación emocional que es incapaz de afrontarla con sus recursos psicológicos habituales.

En esta parte de la investigación entra a ejercer un papel relevante la Terapia Racional Emotivo-Conductual (TREC).

¹ Los Grupos de Acción Unificada por la Libertad Personal (Gaula) son los encargados de investigar, prevenir, neutralizar, judicializar y disminuir el secuestro y la extorsión.

Ellis (1955) se basa en la premisa de que el *pensamiento* y las *emociones* de los seres humanos no son dos procesos diferentes, sino que se yuxtaponen de forma significativa, y que, desde el punto de vista práctico, en algunos aspectos son esencialmente lo mismo.

El autor también plantea que esta terapia se basa en la idea de que tanto las emociones como las conductas son producto de las creencias de un individuo, de su interpretación de la realidad. Esto se refleja en algunas personas que se convierten en víctimas de secuestro o extorsión, lo cual contribuye al deterioro de la salud física y mental.

Así mismo, menciona que las personas crean sus propias ansiedades, culpabilidades, depresiones y enfados, por las ideas o creencias irracionales que defienden. Basado en esto, agrega que el objetivo de la TREC es inducir al cliente a que las olvide, así como los comportamientos auto-destructivos que a veces los acompañan, y a potenciar al máximo su forma racional de pensar y de creer (Ellis, 1955).

Di Giuseppe (1991), citado por Dryden y Yankura (1999, 308), al referirse a esta terapia plantea que es recomendable adoptar pasos específicos, para ayudar a los clientes a construir creencias racionales, con las cuales sustituir las irracionales e inútiles.

Por su parte, Ellis (1994) afirma que la gente tiene innumerables creencias (**B**) o cogniciones, pensamientos o ideas acerca de sus acontecimientos activadores (**A**), y estas **B** tienden a ejercer influencias importantes, directas y fuertes sobre sus consecuencias (**C**) cognitivas, emocionales y conductuales.

Este autor concluye que la gente aprende evaluaciones, inferencias y conclusiones absolutistas, de sus padres, maestros u otras personas, y plantea que estas creencias irracionales (**CI**) se aprenden y se retienen fácilmente.

Además de las creencias y conductas irracionales, presentes en algunas víctimas y sus familiares, también se suma la falta de un grupo especializado en atención psicológica en la ciudad de Cali (capital del departamento del Valle del Cauca, Colombia) debido a que el Gula Valle del Cauca no cuenta con este servicio desde el 2007.

Estudios e investigaciones realizados (*Sometimiento y libertad*, Fundación País Libre, 1996; *El secuestro: una muerte suspendida*, Meluk, 1998; *Una respuesta humana ante el secuestro*, Guzmán y Aristizábal, 2002; Protocolo de atención a familiares y víctimas del secuestro y extorsión - Funcionarios Gula, Rey, 2009) permiten establecer que la psicología es la disciplina que en Colombia ha tenido más compromiso y se ha encargado de investigar, difundir y minimizar la manera como estos delitos afectan a las víctimas y sus familias.

Por todo esto, el presente trabajo investigativo se encamina en la búsqueda de objetivos específicos, que permitan:

- Identificar las creencias irracionales hacia sí mismo.
- Determinar las conductas irracionales acerca de los demás.
- Establecer las conductas irracionales acerca de la vida y del mundo, presentes en familiares y víctimas de secuestro y extorsión.

Método

Para lograr los objetivos propuestos en la investigación actual, se tienen en cuenta los parámetros establecidos por el estudio, de carácter exploratorio y descriptivo, siguiendo los lineamientos de la investigación cualitativa, con un diseño de calidad etnográfica.

Fuentes de información

Población

Corresponde a 85 casos reportados por el Gaula en la ciudad de Cali, en el año 2009. Trece casos de secuestro extorsivo y 72 de extorsiones.

Muestra

Se escogieron diez casos para analizar, entre ellos:

- Madre (42 años), ama de casa, y su hija (12 años), estudiante. Fueron víctimas de secuestro extorsivo. El lugar de cautiverio, durante seis horas, fue su propia casa.
- Dos miembros de la Policía Nacional, de 31 y 35 años de edad, quienes permanecieron retenidos durante más de dos años por las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia (FARC). Secuestro extorsivo con fines políticos.
- Un hombre de 45 años de edad, con estudios universitarios y actividad comerciante, esposo de una mujer que fue víctima de secuestro extorsivo durante seis meses.
- Una mujer de 43 años, ama de casa, con estudios técnicos, madre de un niño de nueve años que fue secuestrado y violado por su captor. Permaneció en cautiverio durante un mes. Secuestro extorsivo.
- Dos hombres, de 38 y 43 años de edad, con estudios primarios, de actividad comerciantes. Víctimas de extorsión.
- Dos mujeres, de 39 y 42 años de edad, con estudios primarios, de profesión comerciantes. Víctimas de extorsión.

Instrumento

Teniendo en cuenta los requisitos esenciales, como son la confiabilidad, la validez y la objetividad, se utilizó la entrevista en profundidad, que incluía la siguiente guía:

1. Identificación del caso:

Datos de identificación, conformación familiar, lugar de origen, escolaridad, creencia religiosa.
2. Narración de los hechos:

Situaciones relacionadas con el suceso, tipo de suceso (secuestro/extorsión), cómo ocurrió, lugar, tiempo, quiénes intervinieron.

3. Percepción inmediata del suceso:
Sentimientos al inicio del evento, pensamientos inmediatamente posteriores a él, conductas, reacciones.
4. Tiempo del secuestro o la extorsión:
Sentimientos posteriores al evento inicial, pensamientos, conductas.
5. En casos de secuestro o extorsión:
Negociación, finalización, sentimientos, pensamientos, conductas.

Criterios éticos

1. Participación voluntaria y sin remuneración económica.
2. Preservación de la identidad. Se utilizaron nombres y lugares ficticios para proteger la identificación de los participantes.
3. Firma del consentimiento por parte de los seleccionados.

Procedimientos

1. Se consultó la base de datos del Gaula-Valle.
2. Se seleccionaron diez sujetos que cumplieran con las condiciones de inclusión para la muestra, y se realizaron cinco entrevistas con cada uno, de una hora de duración.
3. Se analizaron los relatos, de acuerdo con la TREC de Ellis.
4. Se formularon las conclusiones desde las categorías de análisis, que corresponden a los objetivos específicos.
5. Se hicieron recomendaciones.

Después de revisar los archivos de los casos reportados y tener contacto con cada una de las víctimas, se estableció que solo diez personas cumplían con los requisitos exigidos: ser voluntario y tener disponibilidad de tiempo para la investigación.

Además, las personas seleccionadas eran las víctimas de los casos más recientes, por lo cual se evidenció que presentaban algunos problemas de tipo psicológico, producto de los efectos del secuestro y/o extorsión, hecho que fue corroborado por ellos.

La selección también obedeció a una solicitud específica de estas personas para que se tuvieran en cuenta en el procedimiento.

Resultados

Se analizaron las entrevistas de acuerdo con la teoría de la TREC de Ellis, quien ubica en once categorías las creencias irracionales, pero agrupadas en estas tres conductas:

- Acerca de uno mismo.
- Acerca de los demás.
- Acerca de la vida o el mundo.

En las tablas 1, 2 y 3 se presentan las creencias y conductas irracionales identificadas en los sujetos de la muestra.

Tabla 1. Creencias y conductas irracionales acerca de uno mismo

Creencias irracionales planteadas por Ellis	Creencias irracionales identificadas	Conductas irracionales identificadas
<i>Para considerarse uno mismo valioso se debe ser muy competente, suficiente y capaz de lograr cualquier cosa en todos los aspectos posibles.</i>	<ul style="list-style-type: none"> • No fui capaz de cumplir con mi única responsabilidad en mi vida, que es la de proteger a mi hija. • Además de problemas, no aporté nada a mi familia. Quisiera que siempre todo me saliera como quiero. • Es horrible cuando las cosas no salen como quiero. 	<ul style="list-style-type: none"> • Descuida su presentación personal y su salud. Sentimientos de depresión, inutilidad, incompetencia y culpa. • Desinterés por algún tipo de actividad. Perturbación emocional, sentimientos de inutilidad, ansiedad perturbadora, estrés y enfermedades psicosomáticas. • Depresión, vergüenza. Se cortó su mano izquierda con una cuchilla.
<i>Es una necesidad extrema para el ser humano adulto el ser amado y aprobado por prácticamente cada persona significativa de la sociedad.</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Nunca me ha querido, porque dice que no soy esposa digna para su hijo; Él quiere a alguien profesional, de buena posición y mucho dinero, y yo no tengo nada de eso. Es especialista en hacerme sentir mal. • Me da la impresión de que a mi esposo no le afectó en nada toda esta situación; parece que a él no le afecta nada. • Me da rabia y a veces ganas de desahogarme y decir todo lo que siento, pero no puedo dar más razón para que piensen que, además de ser una inútil, soy débil. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sentimientos de inferioridad e incompetencia. Estrés. Rompimiento de vínculos familiares. • Baja autoestima. Rompimiento de vínculos de pareja. • Depresión, aislamiento, rabia contra sí misma, contra su esposo y los demás. Sentimientos de inutilidad e inferioridad.
<i>Es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gustaría que fuesen.</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Estaba confundido, nunca pensé que eso iba a pasarme o a mi familia. Teníamos una vida normal y segura, fue lo más horrible que hemos pasado, creí que no iba a aguantar, eso no estaba en mis planes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aislamiento, confusión. Sentimientos de depresión, angustia, desesperación e indefensión.

Creencias irracionales planteadas por Ellis	Creencias irracionales identificadas	Conductas irracionales identificadas
<p><i>Es más fácil evitar que afrontar ciertas responsabilidades y dificultades en la vida.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fue muy duro, estaba desesperado y me dolía mucho; mis hijos lloraban porque no se querían ir, y además me preguntaban por la mamá y yo no sabía qué decirles; me preguntaban que si otra vez nos habíamos separado, yo sentía que no estaban seguros conmigo, por eso los envié lejos. • No tengo con quién hablar. Todo esto es insoportable. • Pasé pensando en todo eso. Fui al médico y me remitió al psicólogo, pero solo pensaba en salir del problema, mi salud podía esperar, porque mi familia depende de mí. • Mi mamá dice que no estamos seguros en la casa, mucho menos afuera, y tiene razón; por eso demoré más de una semana sin poder ir al colegio, no quería salir y me daba miedo dejarla sola; pobrecita, todo el día en la casa, me volvería loca si llegara del colegio y no estuviera. • Cuando pienso en todo esto, me dan ganas de consumir licor, lo hago con frecuencia y me ha traído problemas en mi trabajo, me gustaría salir corriendo a no sé dónde, sé que los cobardes huyen, pero no sé cómo manejarlo. • Cuando me di cuenta de que me estaban extorsionando, me asusté. Creí que no tenía el control, fue horrible. • El único que no nos abandona es Dios. ¿Para qué sirven los demás si no se preocupan por uno? Mi vecina no me habla, porque piensa que tengo la culpa de que la hayan secuestrado con su hija el día que estaba visitándome; pero cada vez que tenía problemas yo sí le ayudaba, y ahora que más la necesito me da la espalda. • Creía que no podía confiar en nadie. Cuando por fin pude salir a la calle era horrible, sentía que todos me seguían. 	<ul style="list-style-type: none"> • Depresión, aislamiento, ruptura de vínculos familiares, laborales y sociales. • Depresión, aislamiento, rompimiento de vínculos sociales y familiares. • Aislamiento, estrés, rompimiento de vínculos sociales, desinterés, descuido y deterioro de la propia salud. • Fracaso y mala conducta escolar. Aislamiento. Déficit en la productividad e interrelación con el medio. • Sentimientos de depresión e incompetencia, consumo excesivo de licor, dificultades laborales, familiares y sociales. • Aislamiento, desplazamiento súbito a otra ciudad. Abandono de actividades que antes del evento se hacían. • Aislamiento. Rompimiento de vínculos sociales. • Aislamiento, escenas paranoicas, desesperación. Pérdida transitoria de contacto con la realidad.

Tabla 2. Creencias y conductas irracionales acerca de los demás

Creencias irracionales planteadas por Ellis	Creencias irracionales identificadas	Conductas irracionales identificadas
<p><i>Se debe depender de los demás y se necesita a alguien más fuerte en quién confiar.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mi vida es mi hija; si no está, yo tampoco, y todo lo que le dé sé que no podrá compensar el daño que le hice, pero me siento mejor cuando le doy sus gustitos. • Mi mamá me daba mucha fuerza. Como la veía muy tranquila y la conozco, sabía que alguna solución estaba buscando; siempre tiene una solución para todo, es perfecta y me lo demostró una vez más. • Era horrible pensar que le fueran a hacer daño y más cuando uno de los tipos amenazó con matarnos si mi mamá le decía algo; entonces no aguanté y me puse a llorar, no me imagino mi vida sin mis papás. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sobreprotege a su hija, sentimientos de culpa, dependencia emocional excesiva. • Dependencia excesiva, inseguridad, baja autoestima. Percepción de omnipotencia hacia su madre. • Perturbación emocional. Déficit en la interrelación con el medio. Inseguridad.
<p><i>La desgracia humana se origina por causas externas y la gente tiene poca capacidad, o ninguna, de controlar sus penas y perturbaciones.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Casi no hablo con mis amigos, porque son unos envidiosos; deberían entender por lo que yo pasé, pero lo que hacen es burlarse de mí, eso es horrible. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rompimiento de vínculos de amistad. Perturbación emocional.
<p><i>Uno deberá sentirse muy preocupado por los problemas y las perturbaciones de los demás.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • No me importa si no les intereso; me da igual, siempre ha sido así; de todas formas, nunca fuimos una familia unida y ahora menos. • Mi cuñada dijo que era mi responsabilidad que su hermana volviera; que era mi culpa y que lo único que le he hecho es daño. Pensé que mucha gente me iba a acompañar; me equivoqué, solo están en las buenas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Perturbación emocional. Rompimiento de vínculos familiares. • Perturbación emocional. Rompimiento de vínculos familiares. Incertidumbre.
<p><i>Cierta clase de gente es vil, malvada e infame y deben ser seriamente culpabilizados y castigados por su maldad.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lo que no sirve que no estorbe, y de paso le hacemos un bien a la sociedad. Son malos y deben sufrir para que sepan lo que hemos sufrido. • Sólo sueño con el día en que mueran todos los guerrilleros, todos son malos y lo único que hacen es daño a la gente buena. • Quisiera que le hicieran lo mismo a un hijo de él para que sienta y pase por todo lo que pasamos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rabia. Rompimiento de vínculos sociales. Perturbación emocional. • Rabia, angustia. Rompimiento de vínculos sociales. • Perturbación emocional. Intensificación de rabia. Aislamiento.

Tabla 3. Creencias y conductas irracionales acerca de la vida o el mundo

Creencias irracionales planteadas por Ellis	Creencias irracionales identificadas	Conductas irracionales identificadas
<p><i>Si algo es o puede ser peligroso o temible, se deberá sentir terriblemente inquieto por ello y deberá pensar constantemente en la posibilidad de que esto ocurra.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Antes del secuestro tenía el presentimiento de que iba a pasar una tragedia, todo estaba saliendo fácil en mi vida, sabía que tenía que pagar un alto costo por todo lo que había logrado. Para completar, en esos días a mi papá le diagnosticaron cáncer, todo era un caos total. • Si nos hicieron daño en la casa, donde se supone que es un lugar seguro, imagínense lo que pueden hacerle a uno allá afuera, donde ya no se sabe quién es quién. • Cuando todo queda oscuro, me da la impresión de que alguien estuviera en la habitación o a veces siento que se están metiendo por mi ventana, cualquier ruido a esa hora me asusta mucho. Todavía sueño y me despierto asustada; es algo que no puedo controlar. • Me daba la impresión de que había unos tipos que nos miraban mucho. Me asusté demasiado cuando uno de ellos me preguntó la hora. • Cuando duermo sola, me da la impresión de que hay alguien debajo de la cama. Eso me estresa y a veces pienso que me estoy enloqueciendo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Depresión. Ansiedad. Baja autoestima. • Rompimiento de vínculos sociales. Percepción de indefensión. Inseguridad. • Percepción de indefensión. Dependencia emocional excesiva. Necesidad de ser atendida y estar acompañada. Baja autoestima. • Rompimiento de vínculos sociales. Miedo a personas extrañas. Imposibilidad de hacer nuevas amistades. Ansiedad. • Confusión mental y emocional. Dificultad para pensar, objetivar y discriminar problemas.
<p><i>La historia pasada de uno es un determinante decisivo de la conducta actual, y que algo que le ocurrió alguna vez y le conmocionó debe seguir afectándole indefinidamente.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Me ponía a pelear con Dios y le preguntaba qué nos estaba cobrando; primero dejó que mataran a mi hermano y ahora esto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aislamiento, abandono de actividades religiosas, como ir a misa o visitar iglesias.

Creencias irracionales planteadas por Ellis	Creencias irracionales identificadas	Conductas irracionales identificadas
<p><i>Invariablemente existe una solución precisa, correcta y perfecta para los problemas humanos, y que si esta solución perfecta no se encuentra, sobreviene la catástrofe.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Si yo fuera un político o alguien importante, ya habrían mandado gente a rescatarme, pero como no soy nadie, no se preocupan, ni siquiera se habrán dado cuenta de que yo faltó, a veces quería que me mataran. • Pienso en que yo pude evitar todo esto y por perezoso no lo hice; esto me pone mal, muy mal. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rabia hacia las otras personas. Baja autoestima. Conducta hostil. • Baja autoestima. Ansiedad. Sentimientos de inutilidad e inferioridad.

Análisis general

Creencias irracionales hacia uno mismo

Todos los sujetos de la muestra presentaron, durante el secuestro o extorsión y posterior a estos, ideas irracionales respecto a que ellos son responsables por no haber evitado lo sucedido. Estas ideas les producen ansiedad perturbadora, debido a la tensión emocional que tiene lugar cuando las personas sienten que su vida o comodidad está amenazada, porque deben o tienen que conseguir lo que quieren y que es horroroso y catastrófico cuando no lo consiguen.

Debido a que algunas personas con facilidad pueden generalizar sentimientos perturbadores en sí mismos, como ansiedad, depresión y vergüenza, creen que para considerarse valiosas deben ser muy competentes, suficientes y capaces de lograr cualquier cosa, en todos los aspectos posibles.

No eran conscientes de que ninguna persona puede ser totalmente competente en todo lo que haga. Es propio del ser humano intentar tener éxito; sin embargo, el exigirse que siempre debe ser así es la mejor manera de sentirse incompetente e incapaz, aun en las cosas más cotidianas, al creer que no dio su mejor esfuerzo para alcanzar sus logros.

Forzarse de manera excesiva produce estrés, depresión y enfermedades psicósomáticas, como las advertidas en la investigación. Sumado a esto, creen que es una necesidad extrema ser amado y aprobado por cada persona significativa de la sociedad.

Así como el exigirse, ser competente en todos los aspectos y ser aprobado por todos es una meta utópica, para algunas personas es importante ser aceptado y aprobado socialmente, pero cuando se requiere de manera extrema genera perturbación emocional constante, lo cual no permite la posibilidad de pensar que es imposible, por lo menos de manera real, parecer siempre simpático o agradable a los demás. Aunque se pudiera alcanzar, exigiría un enorme esfuerzo, que conllevaría a un agotamiento extremo y, por tanto, a sentirse mal consigo mismo, generando un servilismo, de manera que se tendrían que abandonar las propias necesidades para satisfacer siempre las de los demás.

También se presenta la creencia irracional: “Es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gustaría que fuesen”. Creen que las cosas deberían ser como ellas quieren que sean y no lo que realmente son.

Estar abatidos por el cauce que toman los acontecimientos no ayudará a mejorarlos, pero es posible que de esta forma se logren empeorar. Cuando algo no sale como se desea, lo más sano sería luchar por cambiarlo; pero cuando no sucede, se debe establecer un límite y aceptar las cosas como son y buscar la manera de adaptarse y continuar, lo cual no significa ser conformista, pero sí aceptar que todos los seres humanos tienen limitaciones.

Esto se evidencia en los sujetos de la muestra, que no querían aceptar la ocurrencia del secuestro o la extorsión y trataban de cambiar algo que ya había ocurrido, en vez de ser conscientes de la realidad y así poder buscar alternativas dirigidas a una solución.

Aunque produzca frustración verse privado de algo que se desea, en este caso la pronta liberación o la solución inmediata a una extorsión, sentirse muy desdichados es solo el efecto proveniente de considerar de manera errónea ese deseo como una necesidad fundamental, lo cual no permite aceptar que existen soluciones que no solo dependen de la persona, sino también de factores externos que requieren de un tiempo antes de concretarse. Esto es más complicado en casos de secuestro y extorsión, pues la incertidumbre, el espacio de tiempo prolongado y la voluntad del agresor son variables determinantes.

La necesidad de una seguridad les impide ver como una posibilidad la inestabilidad. Para evitarlo, se dicen cosas como: “no hablemos de eso, no atraiga desgracia, eso no nos va a pasar, no le hago mal a nadie, no tenemos enemigos”. Esto impide tomar precauciones que puedan evitar o minimizar su ocurrencia.

Evitar afrontar ciertas responsabilidades, dificultades o actividades en la vida, aunque a veces resulte cómodo y se perciba como una solución por considerarlas desagradables, trae notorias consecuencias negativas; por ejemplo, dejar de estudiar, trabajar, recrearse o realizar cualquier actividad que requiere esfuerzo físico y/o mental, pero que son necesarias en la consecución de determinadas metas.

El proceso de tomar la decisión de huir o evitar hacer algo que se considera difícil, a sabiendas de lo provechoso que puede llegar a ser habitualmente, suele conllevar más sufrimiento, que hacer la actividad considerada desagradable. La confianza en sí solo proviene de hacer actividades y no evitarlas. Si se evitan estas tareas, aparentemente será más fácil, pero a la vez aumentará el grado de inseguridad, inferioridad y desconfianza, así como el desconocimiento de las propias capacidades. Creen que es más seguro encerrarse, aislarse o huir de los problemas como aparente solución. Pero esto la mayoría de las veces es temporal, por lo cual terminan afrontándolo, al ver que con el hecho de huir los problemas no desaparecen, como en principio se creía.

Los familiares del secuestrado, durante el tiempo que dura el cautiverio, presentan un descuido en su presentación personal y en la salud. Esto también se refleja en las víctimas después de recuperar su libertad.

Sentimientos depresivos, inutilidad, agresividad, culpa o desinterés por algún tipo de actividad que antes del evento les parecía atractiva. Perturbación emocional, estrés y enfermedades psicósomáticas, así como aislamiento o vergüenza.

La niña de doce años que fue secuestrada en su propia vivienda, en compañía de su madre, llegó a lastimarse a sí misma, haciéndose un corte en su mano izquierda con una cuchilla.

El agente de policía de 31 años de edad no se siente competente. Afirma sentirse inferior porque su ansiedad no le permite realizar actividades laborales como lo hacía antes del secuestro. Se siente minimizado, realizando tareas de poco esfuerzo y riesgo. Cree que el trabajo que realiza no es tomado en serio por sus jefes y compañeros.

La segunda conducta irracional dirigida hacia uno mismo lleva a la persona a experimentar una necesidad extrema de ser amado y aprobado por prácticamente cada persona significativa de la sociedad.

Esto se evidencia en conductas como: sentimiento de inferioridad en el agente de policía de 35 años. Sentimientos de inferioridad y rompimiento de vínculos familiares con el esposo de una mujer que estuvo secuestrada durante seis meses. Baja autoestima y rompimiento de vínculos de pareja en la mujer de 43 años que estuvo secuestrada junto a su hija.

La tercera conducta irracional lleva a la persona a pensar que es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a ella le gustaría que fuesen, lo que se refleja en conductas tales como: aislamiento social en la madre de un niño de nueve años, quien fue secuestrado durante un mes, ocasión en que también fue violado.

Confusión en las dos mujeres de 39 y 42 años, quienes fueron víctimas de extorsión. Sentimientos de depresión, desesperación e indefensión en los agentes de la policía de 31 y 35 años, secuestrados durante dos años a manos por las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia (FARC).

En cuanto a la conducta irracional “Es más fácil evitar que afrontar ciertas responsabilidades y dificultades en la vida”, una de las mujeres víctimas de extorsión ocasiona un desplazamiento inesperado a otra ciudad. Separación y envío de sus hijos a otro país, en el esposo de una mujer secuestrada durante seis meses.

Creencias irracionales hacia los demás

Estas creencias llevan a que la persona realice comportamientos que la perturban, pero su enojo no proviene de su conducta, sino de lo que ella se dice a sí misma.



Aunque para algunas personas es normal tener cierto grado de dependencia hacia los demás, no se debe llegar al punto de que los demás elijan o piensen por ellos mismos.

Cuanto más se permite que las otras personas decidan por uno mismo, menos oportunidad se tiene de aprender y de llegar a ser autónomo. Por tanto, se genera más dependencia, inseguridad y pérdida significativa de la autoestima.

La niña de doce años teme dormir sola y se pasa al cuarto de los padres por la noche.

El agente de policía de 31 años desde el comienzo se entregó a la oración y pensaba que solamente contaba con la protección divina.

La madre que fue secuestrada con su hija, en su propia casa, está desconcertada con el comportamiento de su esposo. Necesita de su apoyo, pero no comprende las conductas de huida que él presenta; cree que ella y su hija no le interesan, lo que desencadena un rompimiento de los vínculos familiares.

Referente a la creencia irracional “La desgracia humana se origina por causas externas y la gente tiene poca capacidad, o ninguna, de controlar sus penas y perturbaciones”, los ataques verbales de los demás solo pueden afectar a cada individuo, en la medida en que con sus propias valoraciones e interpretaciones les hagan caso. La expresión referida a sus amigos conlleva en la niña de doce años un valor de terrible o insoportable, que hace que los culpe de sus propios sentimientos y se aleje de ellos. Esto impide comprender que no se pueda cambiar lo que los demás dicen respecto a otros, pero sí se puede cambiar la forma de asumir cada situación. Los dos agentes de la policía culpan a la institución a la cual pertenecen por haberlos trasladado a un municipio lejano y de gran presencia subversiva; esta creencia les impide ver su falta de precaución. Así mismo, dicen que mientras estaban secuestrados lloraban mucho y le pedían a Dios para que no los dejara asesinar.

Por mucho disgusto que cause la conducta de los demás, esto probablemente no la cambiará; es mejor aceptar que no se tiene el poder de cambiar a los demás. Y si esto se consigue, se habrá pagado un alto precio, con la propia perturbación.

Algunas creencias irracionales impiden que las personas de la prueba logren entender que aunque existen normas sociales establecidas, que buscan una interrelación basada en el respeto mutuo, algunos individuos se apartan de ellas, causando daño a los demás. Sin embargo, no deberían creer que todos son viles y malvados. Algunos pueden cometer conductas agraviantes, por error o por el mismo desconocimiento de estas reglas, o tal vez porque percibieron que era la manera adecuada de actuar.

No se trata de justificar la conducta criminal; al contrario, las leyes la condenan y todas estas razones no son causales de exoneración penal. Lo que debería aceptar la persona agredida es que los únicos encargados de hacer pagar por estas actuaciones son las instituciones que administran justicia, y que no se debe sentir atormentada o perturbada.

Los sujetos de la prueba piensan que las personas que hacen daño a las demás no sirven y, por tanto, las consideran un estorbo, y concluyen que es la manera de hacerle un bien a la sociedad. Creen que son malos y deben sufrir de la misma manera en que ellos lo hicieron.

Creencias irracionales hacia la vida o el mundo

Si se está muy preocupado por un asunto de riesgo, el nerviosismo impide ver en realidad la gravedad del hecho. La ansiedad intensa ante la posibilidad de que un hecho peligroso ocurra, impide afrontarlo con eficacia cuando realmente sucede. Inquietarse por una situación peligrosa conlleva a exagerar las posibilidades de que ocurra, aunque esto es muy improbable.

El esposo de la mujer que fue secuestrada menciona que antes del secuestro tenía el presentimiento de que iba a pasar una tragedia, porque todo estaba saliendo fácil en su vida, y que por eso tenía que pagar un alto costo por todo lo que había logrado.

Otra creencia irracional acerca de la vida o el mundo está relacionada con la historia pasada de la persona como un determinante decisivo de la conducta actual.

La mujer comerciante de 45 años, víctima de extorsión, perdió a su esposo un año antes, cuando lo asesinaron en el momento en que intentaron hurtarle el vehículo en el que se movilizaba. Ella consideraba que no merecía la felicidad, creencia que se identificó cuando fue extorsionada por primera vez. No acude a las autoridades, basada en el hecho de que no habían capturado a los asesinos de su esposo y por esta razón no podrían ayudarle. Decide pagar una parte de la exigencia económica que en un comienzo le habían hecho, creyendo que había solucionado su problema. A los dos meses le exigen otra cuota, y finalmente acude al Gula. Ella cree que lo ocurrido en el pasado la va a seguir persiguiendo y decide vender sus negocios e irse a otra ciudad.

La búsqueda de seguridad solo genera ansiedad y expectativas falsas. Los desastres que la gente imagina que le sobrevendrán si es que no consiguen una solución correcta a sus problemas, no tienen una existencia objetiva sino que son desastres creados en su mente.

La segunda conducta irracional, dirigida hacia la vida o el mundo, está basada en la creencia de que invariablemente existe una solución precisa, correcta y perfecta para los problemas humanos, y que si esta solución perfecta no se encuentra, sobreviene la catástrofe. El secuestro y la extorsión afectan no solo a la persona sino a toda su familia; para todos es una gran catástrofe, para la cual no se habían preparado jamás, y hacían evitación diciéndose a sí mismos que eso no les iba a ocurrir.

Conclusiones

Esta investigación se diseñó y realizó para describir las creencias y las conductas irracionales presentes en familiares y víctimas de secuestro y extorsión. En el ámbito mundial, el secuestro y la extorsión, además de ser una clara violación a los Derechos Humanos y el Derecho Internacional Humanitario, son conductas irracionales y punibles, porque amenazan no solo la libertad, la tranquilidad y la dignidad humanas, sino también la vida misma y, por ende, la estabilidad de toda una sociedad, que en determinado momento se percibe víctima de los efectos traumáticos que traen consigo eventos de tal magnitud.

El estudio señaló que las creencias y conductas irracionales identificadas influyen de manera negativa en la calidad de vida de las personas que han sido objeto del secuestro o la extorsión, al creer profundamente en ideas absolutas irracionales, que distorsionan y, por tanto, complican

la situación que se vive, haciéndola parecer más grave de lo que es. La identificación de estas creencias y conductas permite trabajar sobre ellas, con la finalidad de explicar los problemas emocionales y determinar la intervención terapéutica para ayudar a resolverlos.

Las creencias irracionales acerca de uno mismo, encontradas en los sujetos de la muestra, se relacionan con la sensación interna de “salvador”. Creen que pudieron evitar el secuestro o la extorsión. Realizan una revisión obsesiva de todo lo que pudieron hacer o decir para que no se consumara el hecho, aun sabiendo que, de acuerdo con las circunstancias, era imposible evitarlo. Sin embargo, esto las hace sentirse culpables e impotentes, a pesar de que todos los secuestros se hicieron bajo la intimidación de las armas de fuego, poniendo en alto riesgo la vida. En cuanto a la extorsión, ejerce una presión psicológica a través de amenazas contra la integridad de las víctimas y otros miembros de la familia, con gran vínculo afectivo.

Al tratar de compensar la culpa y la impotencia frente a estos hechos, la percepción errónea de las víctimas y algunos familiares las lleva a culpabilizar a otros, a creer que hubieran podido colaborar para evitar el secuestro. Creen que personas cercanas, familiares y vecinos, pudieron dar aviso a las autoridades, y de esta manera evitar su ocurrencia; como consecuencia, hay rompimiento de vínculos familiares, de amistad y con cualquier otro miembro de la sociedad que entra a formar parte de la gran lista de “culpables” por esa omisión de ayuda. “Creen que hubieran podido... y no lo hicieron”. También se culpa a las autoridades: “si hicieran más presencia... o fueran eficientes, no hubiera ocurrido”; por eso no es extraño que algunas víctimas sientan rabia por algunas instituciones del Estado, aun cuando sean rescatadas por estas. Algunas creen que, por ese hecho, los secuestradores tomarán venganza contra sus familias, lo que lleva a culpabilizar a las mismas autoridades, por haberlas devuelto a la libertad y por lo que pueda suceder posteriormente. Sin embargo, cuando sienten el respaldo integral que en ocasiones se les brinda en el difícil proceso de readaptación a la vida social, sus temores se van disipando y entienden que solo era una más de las innumerables formas de sometimiento, manipulación y control emocional que sus agresores, de manera inhumana, ejercían sobre ellas.

Por otro lado, los familiares de las víctimas sienten la necesidad de que la totalidad de los esfuerzos humanos, sociales e institucionales se pongan a su servicio: se suspendan otras investigaciones, para ocuparse solo de la suya; urgen por una pronta solución; esperan que familiares, vecinos, amigos y compañeros de trabajo, incluso medios de comunicación, estén a su disposición de manera permanente e incondicional, lo que también contribuye a generar rompimiento de vínculos, por pensar que aquellos que no lo hacen es porque no les interesa la “tragedia” que están viviendo. Debido a esta distorsión emocional, no logran entender que estas personas tienen otras obligaciones, también importantes, que deben cumplir, y por esta razón no pueden estar a cada segundo acompañándolas, y en caso de ser así, demandaría un gran esfuerzo y desgaste físico y emocional de todos los involucrados.

Su percepción de impotencia, lo cual les genera angustia, las lleva a presionar un rescate inmediato por parte de las autoridades, pero esto en ocasiones solo ayuda a empeorar la situación y, por tanto, pone en un riesgo innecesario la vida del secuestrado.

Hay quienes aceptan la ayuda de las instituciones del Estado, pero a su vez buscan soluciones privadas: consultas a brujos, contratación de investigadores privados, búsqueda de informantes, etc. Muchos de ellos resultan ser estafadores, que comercializan con el dolor de algunas familias y se aprovechan de la ansiedad que genera el deseo de tener de regreso su ser querido de la manera más rápida posible.

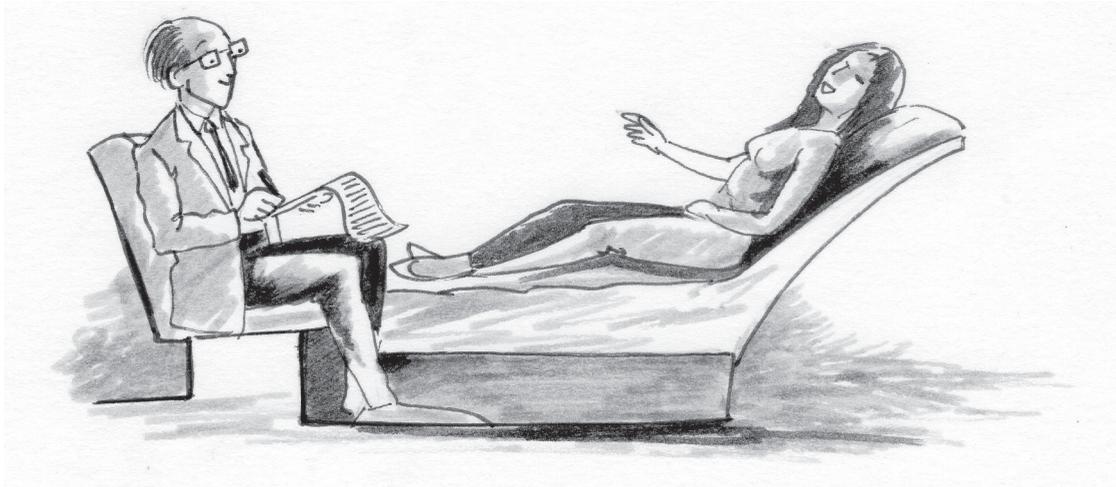
La negación y evitación se dan como creencia irracional hacia uno mismo: negación, al no aceptar el hecho como real o posible, tanto desde antes del suceso como en su ocurrencia y posterior a él: “a mí no me va a ocurrir”, “no puedo creer que esto esté pasando, es una equivocación”, “como ya me pasó, no me vuelve a pasar” o “estoy bien, no necesito ayuda de nadie”.

Las dificultades de readaptación que se generan por la vivencia de estos delitos se pueden presentar de forma transitoria, e ir desapareciendo de manera aparente, que al final, en realidad, puede ser consecuencia de esa negación que hace la persona como mecanismo de defensa y maniobra adaptativa ante el horror de lo vivido y la creencia de no ser capaz de soportarlo. Todo esto, en ocasiones, depende de la utilización de estrategias de afrontamiento inadecuadas, e insuficiente apoyo profesional, familiar y social, con el que se cuenta previamente, pero que se agudiza en el inicio y desarrollo del evento.

La evitación se presenta a nivel de sentimientos y conductas en los secuestrados: no lloraban delante de sus secuestradores, pues pensaban que era muestra de debilidad; no podían expresar lo que pensaban, ni lo que sentían; evitaban el tema para desviar el interés de sus captores y poder aprovechar un descuido para huir, lo cual puede ser visto como una defensa ante lo que amenaza la vida. Durante el cautiverio evitaban hablar, porque hacerlo con sus captores no les ofrecía beneficios; en cambio, sí castigos y humillaciones, que terminaban convirtiéndose en estados depresivos. Por lo que eligen hablar consigo mismos; con un ser superior, pero debido a que con frecuencia se distorsiona o se cuestiona esa relación, porque perciben que no les ayuda a recobrar su libertad, hay un rompimiento de esos vínculos. Con animales o plantas; algunas veces, debido a las condiciones de aislamiento total, por ejemplo, cuando son internados en celdas construidas bajo tierra y no tienen ninguna clase de contacto con el exterior, la necesidad de no sucumbir en un estado de demencia los lleva a crear un amigo imaginario, que aparentemente les ayuda a defenderse de la soledad, que en ocasiones se torna insoportable.

Algunas personas se sienten afectadas por lo que los demás piensen y digan de ellos, o porque no lo hacen; creen que las personas deberían sentirse muy preocupadas, al igual que ellas, por los problemas que han vivido. Pero Ellis señala que “los problemas de los demás con frecuencia nada o poco tienen que ver con nosotros y no hay ninguna razón por la que debamos estar preocupados por ellos”.

No son conscientes de que por mucho que les disguste la conducta de los demás, esto no cambiará la percepción que tienen del suceso. Las víctimas de secuestro o extorsión tienen dificultad para aceptar que no tienen el poder de cambiar a los demás. Y si acaso lo consiguen, lo hacen pagando un alto precio por su perturbación, lo que solo contribuye a complicar la situación vivida.



Después del secuestro o extorsión, los sujetos investigados afirman que quienes les causaron daño son personas viles, malvadas e infames, y deben ser seriamente castigadas por su maldad, y piensan que la única manera en que se les cobre es el de someterlos de la misma manera. Tratan de buscar una compensación por el daño ocasionado, y pretenden que tanto él (agresor) o su familia sientan lo que la víctima cree que sufrió; inclusive, algunas veces desean que el castigo sea la muerte, después de haberle causado el mayor sufrimiento posible. Creer y pensar en esto de manera repetitiva les trae como consecuencia perturbación emocional, lo cual hace más complejo el proceso de readaptación social.

Como no existe una solución precisa, correcta y perfecta para los problemas humanos, los sujetos del estudio creen que son sobrevivientes de una catástrofe y que deben ser objeto de apoyo y atención especial por parte del Estado, la familia y los vecinos. Pero cuando todos retoman su vida normal y esperan que las víctimas también lo hagan, se produce en ellas una búsqueda de seguridad que solo genera ansiedad y expectativas falsas.

Otra de las creencias irracionales respecto a los demás tiene que ver con pensamientos sobre lo que hubiera podido evitar la acción de los otros. En los sujetos de la presente investigación se observaron comportamientos que los perturban, pero su enojo no proviene de su conducta sino de lo que ellos se dicen a sí mismos. Creen que pudieron haberlo evitado, que otras personas son su responsabilidad y que su propio bienestar depende del concepto que los demás tengan de ellos. Estas ideas los acompañan durante todo el tiempo que dura el secuestro, y continúan después de haberse terminado.

En todos los sujetos de la muestra quedan, luego del suceso, conductas propias del estrés post-traumático: temor, ansiedad, alteración del sueño, inseguridad, hipervigilancia. Pero quizá la conducta generalizada es la inseguridad al salir a la calle, creen que los siguen y que se va a repetir el suceso traumático. Llanto y temor frecuente acompañan sus noches, con repetición de escenas referidas al suceso, durante los sueños.

Si hay preocupación por un asunto de riesgo, el nerviosismo impide ver la gravedad de este. La ansiedad intensa ante la posibilidad de que un peligro ocurra impide afrontarlo con eficacia cuando realmente sucede. El deterioro físico, como consecuencia de alteraciones del sueño o el apetito, descuido personal, síntomas de estrés, como la caída del cabello, el llanto y autolesiones, lleva a la persona a ser más susceptible frente a cualquier conducta que perciba como agresiva o violenta, dirigida con toda la intención sobre ella misma. Esto ocasiona dificultades en las relaciones interpersonales.

Otra creencia irracional acerca de la vida o el mundo está relacionada con la historia pasada de la persona, como un determinante decisivo de la conducta actual. Afirma que algo que le ocurrió alguna vez y la conmocionó debe seguir afectándola indefinidamente. La conducta de evitación es la más frecuente en todos los sujetos de la presente investigación.

Todo lo anterior produce una perturbación emocional en los sujetos de la muestra, al creer que si les sucede un hecho traumático, este podría desencadenar otros eventos, peores que los ya vividos. Tal situación propicia que algunos de ellos tomen la decisión de aislarse de las relaciones sociales y las actividades propias en la relación con la vida o el mundo.

Todos creen que la conducta delictiva va a repetirse, y temen salir de la casa o reanudar sus actividades cotidianas. Algunos atribuyen el suceso a una pérdida anterior en la familia o a no tener derecho a una buena ganancia económica como fruto de su trabajo.

Recomendaciones

Para la Policía Nacional, la Dirección Antisecuestro y el Fondo Nacional para la Defensa de la Libertad Personal (Fondelibertad), este estudio evidencia la necesidad de crear en cada Gaula un grupo de apoyo psicológico, para fortalecer a las familias y víctimas de estos delitos, mediante la orientación profesional e idónea que les permita comprender este proceso, así como las formas de manejar la situación y evitar que lleguen a recurrir a conductas irracionales, con desenlaces fatales.

Para la comunidad académica. Desde su ámbito es necesario profundizar y realizar nuevas investigaciones, así como la ejecución de proyectos de intervención en aspectos influyentes de quienes son o han sido víctimas de secuestro o extorsión.

Para el autor, iniciar un proceso terapéutico con estas víctimas y familiares, que les permita modificar las creencias irracionales.

Trabajar desde la intervención psicológica con los funcionarios del Gaula-Valle, para contribuir a la salud mental aumentando el bienestar individual, grupal y familiar; igualmente, en el mejoramiento de las relaciones interpersonales y en una atención más humana y empática hacia las víctimas y sus familiares, así como a sus compañeros ex secuestrados, quienes en ocasiones se sienten revictimizados por quienes deben prestarles apoyo.

Para la Dirección Antisecuestro, las universidades, las instituciones educativas y de salud mental, conformar alianzas encaminadas a la investigación, intervención, tratamiento y colaboración mutua, enfocadas en el apoyo a las víctimas y sus familiares, así como a funcionarios encargados de combatir estos delitos.

Continuar con el apoyo psicológico a los sujetos de la muestra, hasta que logren modificar las creencias irracionales por otras más racionales, que les permitan tener una mejor interrelación con el medio.

Para los profesionales de la salud mental y los funcionarios del Gaula, reconocer la existencia y el manejo adecuado de la resistencia a la asesoría psicológica, que permita anticipar reacciones esperables y brindar herramientas de manejo.

Capacitar a los funcionarios del Gaula en reconocimiento y significado de las creencias y conductas irracionales que pueden presentar las víctimas de estos delitos, para contribuir a un mejor entendimiento y empatía, así como evitar su revictimización.

Los profesionales de la salud mental deben dirigir a las víctimas y sus familiares, para lograr encontrar formas activas de volver a tener el control sobre sus creencias y conductas, que conduzcan al restablecimiento de los vínculos que pudieron verse afectados.

Bibliografía

Dryden, Windy & Yankura, Joseph (1999). *Terapia Conductual Racional Emotiva* (REBT, por sus siglas en inglés). Casos ilustrativos. Biblioteca de Psicología.

Echeberrúa, Enrique & Del Corral, Paz (2004). Nuevos enfoques terapéuticos del trastorno de estrés postraumático en víctimas del terrorismo. *Revista de Psicología Clínica y Salud*, vol. 15, No. 3.

Ellis, Albert (1981). *Manual de terapia racional emotiva*. 6ª. ed. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Ellis, Albert et al. (2002). *Teoría y práctica de la terapia racional emotivo-conductual*. 2ª. ed. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Ellis, A. & Grieger, R. (1994). *Manual de terapia racional emotiva*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Ellis, A. & Dryden, W. (1994). *Práctica de la terapia racional emotiva*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Fondo Nacional para la Defensa de la Libertad Personal (Fondelibertad). Centro Nacional de Atención a Familias y Víctimas de Secuestro, Bogotá. Disponible en: <http://www.antisecuestro.gov.co/psico.html>.

Guzmán Gutiérrez, Liliana & Aristizábal Páez, Martha Lucía (2002). *Una respuesta humana ante el secuestro* (pp. 75-76). Bogotá: Centro Nacional de Atención a Familias Víctimas del Secuestro (Fondelibertad).

Meluk, E. (1998). *El secuestro, una muerte suspendida: su impacto psicológico*. Bogotá: Ediciones Uniandes.

Rey Acosta, Érica (2009). Protocolo de atención a víctimas y familiares de secuestro y extorsión - Funcionarios Gaula. Centro de Investigación Criminológica, Bogotá.

Slaikau, Karl (1993). *Intervención en crisis*. México: El Manual Moderno.