

Mgr Aneta Anna Kozłowska
WFCH
Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego
Warszawa

Przebaczenie jako zależność pomiędzy ofiarą, przestępcą oraz społeczeństwem

Przebaczenie jest zjawiskiem zaskakującym i równocześnie skomplikowanym. Zazwyczaj nie oczekujemy przebaczenia, ponieważ nie jesteśmy w stanie uwierzyć, że na nie zasługujemy. Z drugiej strony nie wierzymy, że jesteśmy w stanie go udzielić. Przebaczenie w odniesieniu do przestępców i ofiar jest ważną choć często pomijaną kwestią w aspekcie resocjalizacji i reintegracji społecznej. Kiedy zajmujemy się tematem przebaczenia najczęściej uściśla się ono tylko do osób pokrzywdzonych, ponieważ to one wzbudzają największe współczucie z racji pełnionej przez siebie roli ofiary. Natomiast przebaczenie jest wieloaspektowym zagadnieniem, wymagającym szerszego spojrzenia, także na osobę krzywdziciela, który często jest przestępcą.

Przebaczyć to znaczy wyzwolić drugiego człowieka od przewinienia. Zaznana obraza czy rana nie będzie odtąd przypisana drugiej osobie. Doświadczenie nie będzie „zaopatrzone” w urazy, lecz rozpatrywane jako zakończone i nieodwołalnie przeszłe. Przebaczenie wspiera pokonanie przeszłości, wyzwolenie się od negatywnych emocji, pozbycie się zahamowań, które komplikują człowiekowi doświadczanie na nowo wewnętrznej relacji, może też sprzyjać odzyskaniu zaufania do człowieka. Kiedy dochodzi do przebaczenia, ma miejsce przede wszystkim zmiana systemu myślenia, percepcji idei i postaw w odwołaniu do człowieka i do wydarzeń, które ograniczyły, zraniły lub przytłoczyły (Cavaliere, 2007). Adekwatnie rozumiana sprawiedliwość przedstawia cel przebaczenia. Jedno z wielokrotnych zastrzeżeń wobec osób, które podtrzymują wartość i konieczność wybaczenia jest to, że wspiera się uwiecznianie się niesprawiedliwości. W istocie wiele osób sądzi, że przebaczenie jest jednoznaczne z rezygnacją z własnych możliwości i praw dochodzenia sprawiedliwości, szczególnie w przypadkach, w których krzywdy stanowią przestępstwa (Giulianini, 2008). Natomiast jest to błędne myślenie, ponieważ przebacząc nie zapominamy o czynie, który popełniła osoba wobec ofiary, ale mimo pamięci godzimy się z rzeczywistością. Przebaczenie nie znaczy pozostawienia człowiekowi wolnej ręki, aby miał prawo nadal postępować, tak jak mu się podoba (Cavaliere, 2007). Kierujemy je do tych, których nie usprawiedliwiamy, ale do tych, którzy ponoszą odpowiedzialność za krzywdę (Giulianini, 2008).

Ofiara przestępstwa jest najbardziej poszkodowaną osobą. To właśnie ona ma największą trudność z wybaczeniem przestępcy czynu, którego dokonał. Osoby skrzywdzone czują się rozgoryczone i urażone przez innych, których uważają za winnych, oraz są przepełnieni urazami, negatywnymi uczuciami i frustracją (Cavaliere, 2007). Z biegiem czasu odczuwane emocje bledną, ale mimo tego niewybaczona krzywda działa destruktywnie na wnętrze jednostki, chociaż ona może nie zdawać sobie z tego sprawy.

Człowiek to istota, która doświadcza uczuć. Emocjonalne życie jednostki przeżywającej krzywdę jest zdominowane przez udręczenie. Każda osoba pragnie mieć jakiś porządek we własnym obrazie świata, swojego życia, siebie, jakiś uporządkowany system odniesienia. Do bezsilności i udręki człowieka w sytuacji krzywdy dochodzi ponadto zakłócenie jakiegoś fundamentalnego porządku (Mellibruda, 2010). Przebaczenie poprawia zadowolenie z życia jednostki i służy zdrowiu zarówno fizycznemu, jak i również psychicznemu (Porczyńska-Ciszewska, 2012). Symptodem nieprawdziwego przebaczenia może być zapomnienie o krzywdzącym wydarzeniu. Pod zapomnieniem może się kryć wyparcie, mechanizm obronny, który doprowadza do wykluczenia ze świadomości utrudniającego aspektu rzeczywistości. Przypuszczalnie, takie eliminowanie emocjonalnego cierpienia wiąże się z narcystyczną skłonnością do zaprzeczania faktu, że inni mogą nas głęboko zranić i urazić. Kieruje ono do zapomnienia o wyrządzonej krzywdzie i może stwarzać złudzenie, że przebaczenie zostało udzielone. Odmiennym nie prawdziwym przebaczeniem jest takie, które kieruje do łatwego usprawiedliwienia krzywdziciela za to, co zrobił, ponieważ ma to pomniejszyć doniosłość krzywdy i zaprzecza wywołane cierpienie. Można to nazwać ukrytym manewrem, który stosujemy po to, by zneutralizować własne cierpienie. Myślenie, że osoba, która wyrządziła krzywdę nie jest odpowiedzialna - jest mniej bolesne i łatwiejsze do zniesienia, od poczucia, że krzywda została popełniona w pełni dobrowolnie i w pełni świadomie (Giulianini, 2008). Motyw, który ułatwia przebaczenie polega na uświadomieniu sobie tego, co się dzieje w innej osobie, i chęci czynienia dobra poprzez miłość do niej, uwalniając ją z poczucia winy (Cavaliere, 2007). W trakcie przebiegu przebaczenia tworzy się wewnętrzny dialog. Jest to mentalne, poznawcze oraz intelektualne pokonanie doświadczenia, które wywołało gniew, rozczarowanie, upokorzenie, obrazę, i strach (Cavaliere, 2007). Aby zdołać przebaczyć nie wystarczy podjąć decyzję o zrezygnowaniu z zemsty, ale trzeba również dojść do postaw agresywnych skłonności, zidentyfikować je oraz usunąć, aby powstrzymać destruktywne skutki powtarzających się cykli zemsty i nienawiści, które mogą przenieść się także na inne pokolenia (Giulianini, 2008). W sytuacji gdy czujemy się bardzo dotknięci niesprawiedliwością i z jej powodu cierpimy, część naszego życia, przepełniona krzywdą, żalem, smutkiem, gniewem istotnie dominuje nad resztą. Uczucie przebaczenia powstaje w ludziach, którzy umieli wyjść poza swoje ból, żal i cierpienie. Swój ból postrzegają w szerszym kontekście większej całości (Larsen, Hegarty, 2000).

Mimo tego, że proces przebaczenia wymaga wielkiego poświęcenia, przeanalizowania ponownie doznanych krzywd oraz wyzbycia się negatywnych uczuć do krzywdziciela, to jest procesem dającym jednostce wolność. Proces przebaczenia jest wielowymiarowy, ponieważ skutkuje poprawą funkcjonowania osoby pokrzywdzonej, krzywdziciela oraz otoczenia tychże osób.

Osoba, której czyn został uznany za przestępstwo, chcąc wrócić do społeczeństwa po odbyciu kary pozbawienia wolności ma do wykonania bardzo dużą pracę nad sobą. Na początku powinna porzucić swoją kryminalną przeszłość, dokonać zmiany terażniejszości, stworzyć plan na swoją przyszłość i w końcu na tym fundamencie rozpocząć nowe życie. Takie postępowanie nie jest jednorazową decyzją, ale długim procesem, który potrzebuje od osoby sporo wysiłku i przewyciężenia na swojej drodze wielu trudności. Pewne czynniki będą sprzyjające i motywujące byłego osadzonego do działania, aczkolwiek inne hamujące cały proces (Pindel, 2009). W całym tym przebiegu ważną rolę odgrywa, to aby sprawca przebaczył sam sobie. Ta kwestia łączy się z silnie z przebaczeniem wyrządzonej krzywdy ofierze wobec krzywdziciela. Kiedy osoba skazana dokonała pojednania z osobą przez siebie poszkodowaną, jest jej łatwiej dokonać wewnętrznego przebaczenia samemu sobie. Przestępcy, którzy widzą, że ofiara im przebaczyła, są bardziej skłonni przebaczyć sobie samym. Poza tym czym bliższy związek łączył przestępcę z ofiarą, tym łatwiejsze staje się wzbudzenie poczucia winy i pokuty u karanego, co skutkuje łatwiejszym dojściem do pojednania obu stron. Efekty regenerujące zachowania są moderowane przez stopień bliskości między ofiarą a przestępcą, ponieważ bliscy są bardziej współzależni i wpływają na siebie nawzajem. Nie tylko zachowanie naprawcze, ale także przebaczenie oferowane przez ofiary ma znaczący wpływ na przebaczenie samemu sobie i jest niezależne od poczucia winy i postrzegania wagi przestępstwa przez osobę skazaną. Przebaczenie to strategia radzenia sobie, przez które sprawca pokazuje własne negatywne myśli i uczucia wywołane popełnieniem wykroczenia. Ponadto jest to proces radzenia sobie, w którym sprawca przywraca pozytywny obraz siebie po wykonaniu złego czynu oraz zwiększa pozytywne odczucia wobec siebie, jednocześnie przyznając odpowiedzialność za popełnione przestępstwo. Zmniejsza psychologiczne cierpienie sprawcy i promuje jego poczucie zaufania i własnej wartości (Pelucchi, Regalia, Kerremans, 2015). Człowiek powinien uzmysławiać sobie wiele zdarzeń, które wpływają na jego decyzje i postawy właśnie po to, aby pojmować własne możliwości i odpowiedzialność. Osoba niespójna podąża do nieprawidłowego rozumienia rzeczywistości i własnych uczuć. Kiedy wizja własnej osoby jest zniekształcona, często dochodzi do samooskarżania za popełnione błędy lub za braki, co powoduje, że nie można czuć się swobodnie. Odebrana jest możliwość i chęć przebaczenia sobie i innym. Ludzie, którzy doświadczają poczucia winy czują się źle z powodu wielu rzeczy, jakie zrobili innym. Myśli o wyrządzonych cierpieniach i zadanych przykrościach stają się nie do zniesienia (Cavaliere, 2007). Świadomość winy

pojawia się, kiedy człowiek odkrywa własne słabości i ograniczenia. Odnosi się do wysiłku, jaki każda osoba spotyka na drodze akceptacji wad własnej osobowości, zdania sobie sprawy, że nie spełnia odpowiedzialności względem innych. Integracja negatywnych aspektów siebie jest ewolucyjnym osiągnięciem, będącym u podstaw zdolności przebaczenia. Człowiek musi szanować swoją emocjonalność i akceptować własne wewnętrzne popędy, i właśnie z tego powodu zmuszenie się do przebaczenia jest bezskuteczne. Zaakceptowanie samego siebie wymaga stawienia czoła swoim agresywnym uczuciom i jest to często przeszkoda (Giulianini, 2008).

Zamknięcie bramy więziennej za człowiekiem, bez względu na to, czy kiedy wchodzi, czy kiedy wychodzi zza muru, jest zawsze wstrząsem. Jednostka, która podlega izolacji, doświadcza tego psychicznie i fizycznie. Pielęgnowana przez lata świadomość krzywdy wypiera możliwość racjonalnego wejrzenia w siebie, zrozumienia konsekwencji swojego postępowania oraz jego następstw. Służba więzienna, przygotowując koncepcję związaną z przygotowaniem skazanych do reintegracji społecznej, wywiera nacisk na działania ukierunkowane na nabywanie trwałych umiejętności. Wiele spośród wpływów wychowawczych dotyczy przewycięzania w osadzonych barier wynikających z braku umiejętności interpersonalnych, prawidłowego identyfikowania własnych problemów i uczenia metod ich pokonywania (Dybalska, 2001). Pojmowanie przebaczenia różnicować trzeba od takich zjawisk jak: negowanie oznaczające niechęć do dostrzegania krzywdy; ułaskawienie, które udzielane jest jedynie przez reprezentanta społeczeństwa, na przykład przez sędziego. Nie jest także ono utożsamianiem z darowaniem win polegającym na anulowaniu czynu, a jednocześnie potrzeby wybaczenia (Porczyńska-Ciszewska, 2012). Obserwacja własnej przeszłości zapobiega stłumieniu, które jest mechanizmem obronnym bardzo szkodzącym wewnętrznej harmonii. Ludzie potrafiący sobie przebaczyć umieją zaakceptować swoją przeszłość, są gotowi, by zacząć od początku i odmienić sposób bycia. Nieustanne analizowanie tego, co się wydarzyło uniemożliwia reorganizację życia. Postęp zależy od akceptacji przeszłości, od świadomego uznania i celowego wystrzegania się dokonanych czynów (Cavaliere, 2007). Jeśli nie zaakceptujemy naszej rzeczywistości, jedyne, co możemy z nią zrobić, to ukryć ją za pomocą iluzji i zaprzeczenia. W ten sposób w nasze życie wkracza poczucie wstydu, niska samoocena, lęki i postawa ofiary. Natomiast kiedy zaakceptujemy naszą własną rzeczywistość, kiedy przyjmujemy, że to czego doświadczyliśmy w przeszłości jest faktem, będziemy mogli wznieść się ponad wyimaginowaną rzeczywistość i osiągnąć wolność (Larsen, Hegarty, 2000). Aby przebaczyć sobie trzeba bezwzględnie wyjść poza swój egocentryzm i otworzyć się na innego. To podstawowy punkt przejścia od skupiania się na sobie do konstruktywnego niepokoju wywołanego konsekwencjami własnych czynów (Giulianini, 2008). Czasem towarzyszy silne poczucie winy odczuwane trwale, które utrudnia proces przebaczenia samemu sobie. Przeszłość musi podjąć odpowiedzialność za popełnione

przestępstwo. Obecność poczucia winy w sprawcy sygnalizuje szacunek do ofiary i relacji z nią, ale również aktywuje sprawcę do naprawienia wyrządzonych szkód. Ponadto sprawca może próbować naprawić skutki popełnionego przestępstwa, poprzez przeproszenie, zadośćuczynienie czy oferując odszkodowanie. Zachowania naprawcze pomagają sprawcy przywrócić pozytywny obraz siebie w sferze prywatnej i publicznej (Pelucchi i in., 2015). Nie wszyscy przestępcy czują się źle z powodu tego, co zrobili innym, ale często te uczucie nie jest im obce. Myśli o zadanych cierpieniach i przykrościach stają się nie do zniesienia, często są wygłuszane i rodzą niewłaściwe reakcje psychosomatyczne. By przezwyciężyć poczucie winy trzeba przebaczyć samemu sobie. Akt przebaczenia sobie ma znaczenie psychoterapeutyczne (Cavaliere, 2007). Proces przebaczenia samemu sobie angażuje nie tylko samą osobę przestępcy, ale również ofiarę i całe społeczeństwo. Sprawca, który uświadamia sobie wielkość wyrządzonej krzywdy i wzbudza w sobie chęć zadośćuczynienia ofierze, potrzebuje także doświadczenia odpuszczenia winy za wyrządzoną krzywdę. Tego odpuszczenia musi dokonać zarówno ofiara, jak i społeczeństwo, w którym żyje krzywdziciel. Są to dwa inne procesy, ale równoznacznie umożliwiające powrót skazanego do normalnego życia po odbyciu kary. Ponadto pozwalają przestępcy dokonać wewnętrznego wybaczenia samemu sobie wyrządzonych krzywd, dzięki czemu może uzyskać wewnętrzną harmonię i prawidłowy obraz siebie.

Zakład karny powinien być miejscem stwarzającym skazanemu możliwość podjęcia decyzji o zainicjowaniu wysiłku do zmiany. Ważnym aspektem pracy penitencjarnej jest spojrzenie na więźnia z uwzględnieniem jego prawa godności ludzkiej, które jest niezbywalne. Jego osobowości ukształtowanej poprzez złączenie różnorodnych okoliczności, wpływu innych osób na wykształcenie jego wadliwej tożsamości. Główną zasadą jest zakwestionowanie przez jednostkę, że dotąd pełniona rola przestępcy jest właściwa. Ponadto jednostka powinna dokonać analizy i próby zrozumienia swoich nieprawidłowych zachowań oraz postaw społecznych. Następnym krokiem jest poszukiwanie przez jednostkę innej roli oraz rozwój osobistych potencjałów koniecznych do osobistej przemiany. Kara pozbawienia wolności w swoim założeniu ma zapobiegać powrotowi do przestępstwa. Jej zadaniem jest powodowanie u skazanego chęci współdziałania w ukształtowaniu jego postaw, które są społecznie pożądane. Starania penitencjarne wspierane są też ze strony środowiska zewnętrznego i dzięki temu możliwa jest opieka moralna (między innymi opieka duszpasterska i posługa religijna) osób osadzonych, która ma także ważne znaczenie w kształtowaniu ich postaw moralnych (Pindel, 2009). Poruszając temat przygotowania skazanych do życia na wolności w trakcie wykonywania kary, nie można pominąć udziału przedstawicieli świata zewnętrznego (Dybalska, 2001). Przebaczenie jest konceptualizowane na różnorodnych poziomach – jako reakcja na konkretne zdarzenie, jako cecha osobowości lub także cecha instytucji czy

układu społecznego, takiego jak rodzina, określona wspólnota i tak dalej (Porczyńska-Ciszewska, 2012). Osoba, która popełniła czyn zabroniony i została skazana na karę pozbawienia wolności często ma problem z powrotem do społeczeństwa. Problem stygmatyzacji osób karanych jest obecny powszechnie. Społeczeństwo wymierza swoją własną karę na przestępcy, poprzez nieakceptowanie go we wspólnocie. Ludzie, którzy nie są bezpośrednio związani z osobą ofiary, którą najściślej dotknęła wyrządzona krzywda, także mają problem z przebaczeniem przestępcy. Wielu ludzi nie rozumie bądź nie chce zrozumieć, że kara między innymi ma wymiar resocjalizujący jednostkę. Mimo tego, że krzywdziciel dostał wyrok i „odpokutował” w oczach społeczeństwa swoją winę, to po wyjściu na wolność jego „pokuta” będzie trwać nadal. Ludzie żyjący w społeczności, do której należy skazany i znający jego przeszłość wykluczają go z niej poprzez brak przebaczenia popełnionych czynów zabronionych. Nie jest to to samo przebaczenie, którego udziela ofiara, ponieważ ona jest osobą najbardziej dotkniętą przez przestępcę. Przebaczenie społeczne to akceptacja osoby przestępcy w społeczeństwie, wyzbycie się patrzenia na kryminalistę przez pryzmat popełnionych przez niego czynów, za które otrzymał karę oraz niewykluczanie takich osób ze wspólnoty społecznej. Osoba karana poprzez otrzymanie przebaczenia od ofiary swojego czynu, społeczeństwa i w końcu od samego siebie może dużo łatwiej wejść na dobrą drogę. Wtedy inne czynniki resocjalizujące dodatkowo stymulują jednostkę i umożliwiają jej powrót do społeczeństwa. Stygmatyzacja osób z przeszłością kryminalną jest przeszkodą, która nie pozwala rozpocząć byłym skazanym nowego etapu życia. Resocjalizacja zezwala na odzyskanie człowieka, który poprzez „przymocowaną etykietę” zbrodniarza jeszcze niedawno wydawał się upadły, bez szansy na żadne podniesienie. Natomiast brak resocjalizacji w więzieniach nadawałaby tej instytucji wyłącznie rolę „magazynu” społecznych „odrzutków”, co skutkowałoby wzrostem recydywistów (Pindel, 2009).

Z drugiej strony także krzywdziciel musi chcieć otrzymać przebaczenie, poprzez naprawę swoich czynów. Łączy się z tym konieczność zmiany tożsamości jednostki, zmianą pojmowania wartości celów (Pindel, 2009). Wszelki układ większej liczby ludzi wymaga pewnej zdolności adaptacji do „zasad” grupy. Jeśli przestępca jest niezdolny do mediacji z grupą lub z innymi ludźmi, zostaje zrzucony na margines dynamiki relacyjnej i w końcu z niej wykluczony. Zdolność do mediacji pozwala na integrację i redukcję do dopuszczalnego poziomu sytuacji konfliktowych, bez całościowej rezygnacji z własnych zasad, idei oraz wartości (Cavaliere, 2007). Przebaczenie to proces obustronny, dotyczący osoby poszkodowanej i krzywdziciela. Umiejętność przebaczenia jest momentem ponownej integracji wpiętej z samym sobą, a następnie ze swoim środowiskiem. Człowiek poprzez wyjawione potencjały dąży do wdrażania własnych struktur aktywności i stwarzania nowej tożsamości w społeczeństwie. Ułatwia to tworzenie i podjęcie innych ról społecznych, aniżeli dotychczas spełniane (Pindel, 2009). Nie jest konieczne, aby

mówić wprost drugiej osobie: „przebaczyłem ci”, bo zasadnicze jest to, że ten proces zostaje przerobiony we własnym wnętrzu. Proces przebaczenia to sprawa osobista, a jedynie w dalszej konieczności odnosi się do drugiego człowieka (Cavaliere, 2007). Z drugiej strony jednakże przeprosiny to czynnik wpływający pozytywnie na przebaczenie, ale prowadzi do przebaczenia tylko wtedy, gdy jest szczerzy. Przez przeprosiny przywracana jest ponownie wiarygodność sprawcy w umyśle ofiary. Natomiast powtórzenie przestępstwa jest czynnikiem, który powoduje raptowny spadek obrazu wiarygodności sprawcy (Hui, Lau, Tsang, Pak 2011).

Przebaczenie w odniesieniu do przestępców i ich ofiar to pojęcie wielowymiarowe, które jest złożone. Na pewno jest czynnikiem ważnym w zmniejszaniu agresji i propagowaniu prospołecznych interakcji przeciw wykroczeniom (Eaton, Struthers 2006). Myślę, że często jest nie doceniane i pomijane w aspekcie resocjalizacji. Przebaczenie stało się w pewien sposób instrumentem, wykorzystywanym zarówno przez przestępców, jak i przez państwo, co skutkuje prostszą reintegracją społeczną osób osadzonych (Giulianini, 2008). Trzeba pamiętać, że jest to proces nie tylko pomiędzy ofiarą i przestępcą, ale także pomiędzy całym społeczeństwem, ponieważ jednostka jest istotą społeczną i tylko akceptacja umożliwia pełną reintegrację osób karanych.

Bibliografia:

- Augsburger, D. (1996). *Sztuka przebaczenia*. Warszawa: Oficyna Wydawnicza „Vacatio”.
- Cavaliere, R. (2007). *Sztuka przebaczenia*. Kraków: Wydawnictwo WAM.
- Dybalska, I. (2001). Pomoc skazanym w przygotowaniu do integracji ze społeczeństwem w polskim systemie penitencjarnym. *Probacyjne środki polityki karnej – stan i perspektywy. Materiały z konferencji zorganizowanej przez Komisję Praw Człowieka i Praworządności : 20-21 października 2000 r.* Warszawa: Dział Wydawniczy Kancelarii Senatu.
- Eaton, J., Struthers, C. W. (2006). The reduction of aggression in varied interpersonal contexts through repentance and forgiveness. *Aggressive Behavior*, 32, 195-206.
- Gałań, T. (2001). Przygotowanie do wolności skazanych opuszczających zakłady karne. *Probacyjne środki polityki karnej – stan i perspektywy. Materiały z konferencji zorganizowanej przez Komisję Praw Człowieka i Praworządności : 20-21 października 2000 r.* Warszawa: Dział Wydawniczy Kancelarii Senatu.
- Giulianini, A. (2008). *O przebaczeniu czyli jak uleczyć duszę. Psychologiczne i duchowe sprzeczności*. Kraków: Bratni Zew Wydawnictwo Franciszkanów.
- Hui, C. H., Lau, F. L. Y., Tsang, K. L. C., Pak, S. T. (2011). The impact of post apology behavioral consistency on victim's forgiveness intention: A study of trust violation among coworkers. *Journal of Applied Social Psychology*, 41, 1214-1236.

- Ide, P. (2000). *Czy możliwe jest przebaczenie?* Kraków: Wydawnictwo WAM.
- Kurek, J., Maliszewski, K. (red.). (2012). *Przebaczenie*. Chorzów: Miejski Dom Kultury „Batory”.
- Larsen, E., Hegarty, C. L. (2000). *Od gniewu do przebaczenia*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Mellibruda, J. (2010). *Krzywda i przebaczenie*. Kraków: Wydawnictwo M.
- Mrózek, Ł. (2014). Zjawisko wykluczenia społecznego więźniów i osób opuszczających ośrodki penitencjarne. Analiza problemu i możliwości przeciwdziałania zjawisku. *Studia Socialia Cracoviensia*, 6 (2014) nr 2 (11), s. 45–59.
- Pelucchi, Paleari, F. G., S., Regalia, C., Karremans, J. C. (2015). Expanding Research on self-forgiveness predictors toward a dyadic perspective: the role of interpersonal forgiveness by the victim. W: Olsen, F., *Forgiveness*. Nova Science Publishers.
- Pindel, E. (2009). W kierunku efektywności i oddziaływań penitencjarnych. Resocjalizacja w polskich zakładach karnych. Pozyskano z:
https://ms.gov.pl/Data/Files/_public/probacja/2009/nr2/8pindel.pdf