

**LOS SIGNIFICADOS DE LA MEMORIA
EN VICTIMIZACIONES GRAVES**

***III Encuentro en Homenaje al
Prof. Dr. Dr. h.c. Antonio Beristain****

* Encuentro celebrado en Donostia-San Sebastián, el 7 de noviembre de 2013, subvencionado por el Departamento de Educación, Política Lingüística y Cultura, Dirección de Atención a las Víctimas del Terrorismo, Gobierno Vasco.

EGUZKILORE

Número 28.
San Sebastián
2014
169-176

MODULACIÓN EMOCIONAL DE LA MEMORIA: DE LAS VIVENCIAS TRAUMÁTICAS A LOS RECUERDOS BIOGRÁFICOS

Enrique ECHEBURÚA

*Catedrático de Psicología Clínica
Facultad de Psicología. Universidad del País Vasco UPV/EHU*

Resumen: La memoria es la capacidad de fijar, conservar y evocar las vivencias que una persona acumula en su vida. La codificación de la información no es casi nunca como una grabación fotográfica. La memoria no es una reconstrucción, sino una representación del pasado. Quiere ello decir que influye y está influida por la emociones y los sentimientos de la persona. Las imágenes de un suceso traumático se integran de una forma caótica y desestructurada en la *memoria emocional* e invaden la conciencia de la víctima. De este modo, pueden aparecer pensamientos repetitivos, pesadillas y alteraciones de la memoria, en forma de relatos fragmentados y desorganizados, o surgir inesperada e incluso inoportunamente los recuerdos parciales con una gran intensidad. Es decir, con mucha frecuencia las víctimas recuerdan lo que quieren olvidar y olvidan lo que quieren recordar. El proceso de recuperación de la víctima supone la transformación de las imágenes del trauma de la memoria emocional en sucesos ordenados espacio-temporalmente bajo el control de la memoria verbal. Hay algunas actitudes y conductas, como el perdón o el olvido activo, que facilitan el procesamiento emocional de las vivencias traumáticas; otras, por el contrario, como el odio o la venganza, lo dificultan. La sociedad debe prestar una ayuda activa a las víctimas para superar el dolor, como reparar lo reparable, aplicar la justicia y mantener vivo el recuerdo de lo sucedido.

Laburpena: Oroimena pertsona batek bere bizitzan barrena izandako bizipenak finkatzeko, gordetzeko eta gogoratzeko duen gaitasuna da. Informazioaren kodifikazioa ez da ia inoiz izaten argazki-grabaketa bat bezalakoa. Oroimenak ez du iragina berregiten, irudikatu baizik. Hortaz, eragina dauka emozioetan eta sentimenduetan, eta emozio eta sentimenduen eraginpean dago. Gertaera traumatiko baten irudiak modu kaotikoan eta desegituratuan sartzen dira *oroimen emozionalean*, eta biktimaren kontzientzia hartzen dute. Pentsamendu errepikakorak, amesgaiztoak eta oroimenaren asaldurak ager daitezke, istorio zatikatu eta nahasiak, edo oroitzapen partzialak ustekabeak eta une desegokian etor daitezke burura intentsitate handiz. Hau da, sarri, biktimek ahaztu nahi dutena gogoratzen dute, eta ahaztu egiten dute gogoratu nahi dutena. Biktimak sendatzeko, beharrezkoa da oroimen emozionaleko traumaren irudiak hitzezko oroimenaren kontrolpean espazioan eta denboran behar bezala antolatutako gertaera bilakatzea. Zenbait jarrerak eta jokabideak, barkamenak edo ahazte aktiboak, besteak beste, erraztu egiten dute bizipen traumatikoen prozesamendu emozionala; aitzitik, gorrotoak, mendekuak eta antzeko beste jarrera batzuek oztopatu egiten dute. Gizarteak mina gainditzeko laguntza aktiboa eman behar die biktimei: konpon daitekeena konponduta, justizia aplikatuta eta gertatutakoa oroituta.

Résumé : La mémoire est la capacité de fixer, maintenir et évoquer les expériences qu'une personne accumule dans sa vie. Le codage de l'information n'est presque jamais comme un enregistrement photographique. La mémoire n'est pas une reconstruction mais une représentation du passé. C'est-à-dire

qu'elle influence et est influencée par les émotions et les sentiments de la personne. Ainsi, les images d'un événement traumatique sont intégrées dans une mémoire émotionnelle de façon chaotique et non structurée et envahissent la conscience de la victime. De cette façon, peuvent apparaître des troubles de mémoire, de cauchemars et de pensées répétitives sous la forme d'histoires fragmentées et désorganisées ou bien surgir de façon inattendue et même de manière inappropriée mais avec une grande intensité des souvenirs partiels. Par exemple, très souvent les victimes s'en souviennent de ce qu'ils veulent oublier et s'en oublient de ce qu'ils veulent se souvenir. Le processus de rétablissement de la victime suppose la transformation d'images du traumatisme de la mémoire émotionnelle dans des événements organisés espace-temporairement sous le contrôle de la mémoire verbale. Il existe des attitudes et comportements, tels que le pardon ou l'oubli actif, qui facilitent le traitement émotionnel des expériences traumatiques; d'autres, au contraire, tels que la haine ou la vengeance, l'entravent. La société doit apporter une aide active aux victimes pour surmonter la douleur. Par exemple, en réparant le réparable, en appliquant la justice et en gardant la mémoire vivante de ce qui s'est passé.

Summary: Memory is the ability to keep and remember the experiences people accumulate in life. Rarely is codifying information like a photographic recording. Memory is not a reconstruction but the representation of the past. This means that it influences and is influenced by the emotions and feelings of the person. The images of a traumatic event are integrated in the *emotional memory* in a chaotic and unstructured way and invade the person's consciousness. This can lead to the emergence of repetitive thoughts, nightmares and memory disturbances in the form of fragmented and disorganised stories or to the unexpected and even inappropriate appearance of partial recalls with great intensity. In other words, victims frequently remember what they want to forget, and forget what they want to remember. The victim's recovery process means the transformation of the trauma images from the emotional memory into time-space ordered events under the control of verbal memory. There are some attitudes and behaviours which facilitate the emotional processing of traumatic events, such as forgiveness and active forgetting; on the contrary, there are others such as hate and revenge, which complicate it. Society should support victims actively by repairing what can be repaired, applying justice and keeping alive the memory of what happened, in order for them to overcome the pain.

Palabras clave: Vivencias traumáticas, alteraciones de la memoria, venganza, perdón, victimismo.

Hitz gakoak: Bizipen traumatikoak, oroimenaren asaldurak, mendekua, barkamena, biktimismoa.

Mots-clés : Expériences traumatisantes, altérations de la mémoire, vengeance, pardon, victimisation

Keywords: Traumatic experiences, memory disturbances, revenge, forgiveness, alteraciones de la memoria, venganza, perdón, victimhood.

INTRODUCCIÓN

La memoria es la capacidad de fijar, conservar y evocar las vivencias que una persona acumula en su vida. La codificación de la información no es casi nunca como una grabación fotográfica o magnetofónica. La memoria no es una reconstrucción, sino una representación del pasado. ¿Qué quiere decir esto? Que la memoria forma parte del conjunto de la vida psíquica y de la biografía de la persona, a la cual influirá y la cual será influida por ella. Por ejemplo, si una persona está triste ahora puede distorsionar sus recuerdos y centrarse selectivamente en las experiencias negativas pasadas. A su vez, la evocación de recuerdos específicos negativos de la vida anterior, incluso muy antiguos, puede entristecer a una persona en el momento actual.

En realidad, la memoria es una pieza clave en la identidad personal. De hecho, en la adaptación del ser humano resulta imprescindible la ayuda de sus conocimientos y de sus experiencias pasadas para afrontar el presente y proyectar el futuro (Cardoner y Urretavizcaya, 2006).

A su vez, el olvido tiene una función adaptativa y permite despejar la memoria, entendida en este caso como depósito de recuerdos, para incorporar experiencias

nuevas y más recientes. El olvido se relaciona, por tanto, con el desvanecimiento de la huella mnésica con el paso del tiempo y con la interferencia que los nuevos aprendizajes o experiencias ejercen sobre los recuerdos anteriores porque la capacidad de recuerdo del ser humano, al margen de las diferencias individuales, es limitada. Hay, sin embargo, algunos recuerdos que no se borran jamás porque las experiencias vividas, a nivel personal o colectivo, tienen un colorido emocional intenso, bien sea positivo o negativo. Una persona recuerda con emoción y con detalle el primer encuentro con su pareja, por mucho tiempo que sea el que haya transcurrido, y no tiene dificultades para evocar dónde o con quién estaba cuando se anunciaron los atentados del 11 de septiembre de 2001 contra las torres gemelas en Nueva York o cuando se produjo el asesinato de Miguel Ángel Blanco el 13 de julio de 1997 en Lasarte. Y también hay olvidos que no se explican por el paso del tiempo, sino que están motivados emocionalmente. Es decir, hay algunas experiencias que se olvidan porque son de contenido amenazador y evocador de ansiedad, vergüenza o ira, por lo que son entonces reprimidas emocionalmente. En este caso las huellas no son borradas, sino que se vuelven inaccesibles a la conciencia (tabla 1).

Tabla 1. Componentes psicológicos del olvido

(Cardoner y Urretavizcaya, 2006)

1) Desvanecimiento de la huella mnésica

2) Interferencia de nuevas experiencias

3) Represión emocional de recuerdos ingratos

Por ello, la memoria no es una mera función cognitiva, sino que está sujeta a procesos emocionales diversos. Así, más allá del deterioro de la memoria asociado a la edad, a enfermedades neurológicas o a traumatismos cráneo-encefálicos, ciertas alteraciones de la memoria pueden estar relacionadas con las vivencias emocionales de la persona. Es el caso de las *amnesias psicógenas*, en las que una persona experimenta una pérdida parcial de la memoria respecto a ciertos sucesos biográficos que han supuesto un choque emocional intenso o han tenido un carácter traumático. Un ejemplo de esto son algunas personas adultas que han sufrido un abuso sexual en la infancia por parte de un familiar y que tienen dificultades para evocar esos sucesos (pero no otros que han ocurrido en el mismo período de tiempo) por la carga emocional negativa (de vergüenza, de culpa o de odio según los casos) asociada a ellos (Castilla del Pino, 2001).

En otros casos pueden surgir las *hipermnesias afectivas*, es decir, la capacidad excesiva de evocación de recuerdos, que se refiere a la desmedida persistencia en la mente de ciertas vivencias emocionales intensas y negativas, como ocurre en los acontecimientos traumáticos y en ciertos tipos de pérdidas afectivas, que, a modo de recuerdos parásitos, ejercen una tiranía sobre el campo de la conciencia e interfieren negativamente en la adaptación de la persona a la vida cotidiana (tabla 2).

Tabla 2. Alteraciones de la memoria en el trauma

(Echeburúa, 2004)

POR EXCESO	<ul style="list-style-type: none"> • Hipermnesias afectivas
POR DEFECTO	<ul style="list-style-type: none"> • Amnesias psicógenas

En resumen, la memoria y la afectividad están muy vinculadas. Así, una canción despierta el recuerdo de un amor del pasado y el olor de un bizcocho puede transportar a la infancia porque recuerda a los que preparaba la abuela. Sin embargo, la nostalgia (“*deseo doloroso del regreso*” etimológicamente) es un recuerdo agri dulce que nos puede anclar en un pasado idealizado. La nostalgia se compone de brochazos muy simples que nos impiden ver el pasado con exactitud. La nostalgia excesiva casi siempre aparece cuando el presente se percibe como desagradable y el futuro resulta amenazante. Si una persona se instala en el pasado, anula su presente e hipoteca su futuro (Trujillo, 2002).

La mayor o menor intensidad de los recuerdos no depende solo de un automatismo psicológico que escape al control de la persona. Hay personas que viven ancladas en el pasado, que se hacen preguntas sin respuesta (“*¿por qué me ha pasado esto a mí?*”), que intentan volver a lo que ya no existe y que realimentan emociones negativas (odio, venganza, culpa, resentimiento, etcétera). Otras, por el contrario, centran su atención en el presente, sin olvidar las desgracias ocurridas, y se proyectan hacia el futuro, apoyadas en emociones positivas, como la esperanza en el porvenir o el perdón al ofensor (Cyrułnik, 2013; Enright y Fitzgibbons, 2000).

VIVENCIAS TRAUMÁTICAS. DEL REVIVIR AL RECORDAR

Los sucesos traumáticos, que no son meras adversidades de la vida cotidiana, generan terror e indefensión, ponen en peligro la integridad física o psicológica de una persona y dejan con frecuencia a la víctima en tal situación emocional que es incapaz de afrontarla por sí misma. Cualquier acontecimiento traumático (una agresión sexual, un atentado terrorista, la violencia crónica en el hogar, el asesinato de un padre o de una madre, el suicidio de un ser querido, etcétera) supone una quiebra en el sentimiento de seguridad de una persona y una pérdida de confianza básica en las demás personas. El elemento especialmente perturbador es la violencia intencional e injustificada generada por otros seres humanos. Frente a los accidentes o las enfermedades las personas suelen resignarse, pero no indignarse (Rojas Marcos, 2002).

Las personas cuentan con recursos psicológicos suficientes y con una red de apoyo familiar y social que les permiten hacer frente a las contrariedades habituales en su vida. Pero la intensidad y gravedad del suceso traumático supone una especie de *empacho emocional* que la víctima es incapaz de digerir por sí misma. Las imágenes caóticas del suceso traumático se integran de una forma desestructurada en la *memoria emocional* e invaden la conciencia de la víctima. Al mismo tiempo, se crea como una especie de *red de miedo* en nuestra memoria, asociada a menudo a la soledad, a los ruidos inesperados, a los viajes o a las tormentas.

De este modo, las imágenes traumáticas se reproducen involuntaria y repetitivamente en forma de pesadillas y de pensamientos invasivos que escapan al control del sujeto meses y aun años después de haber ocurrido el suceso. Es decir, el pasado traumático ejerce una acción tiránica sobre el presente de la víctima, impidiéndole reanudar una vida cotidiana normalizada y disfrutar con el presente. Estas vivencias traumáticas, más allá de un mero recuerdo, suponen revivir el acontecimiento sufrido con pensamientos e imágenes (personas, luces, sonidos, olores, etcétera), como si estuviese ocurriendo *ahora mismo*. La intensidad de la vivencia y su carácter impredecible e inevitable generan en la víctima a menudo una sensación de terror (Echeburúa, 2004).

Al mismo tiempo pueden aparecer alteraciones de la memoria, en forma de relatos fragmentados y desorganizados, o surgir inesperada e incluso inoportunamente los recuerdos parciales con una gran intensidad. Es decir, con mucha frecuencia las víctimas recuerdan lo que quieren olvidar y olvidan lo que quieren recordar.

Estas vivencias se convierten en recuerdos solo cuando se desactiva la red de miedo y se produce la *digestión emocional* de las experiencias vividas. Al margen de la ansiedad y de la tristeza generadas, recordar y verbalizar lo sucedido en un ambiente de apoyo facilita el *reciclado*, es decir, la transformación de las imágenes caóticas del trauma, mantenidas en la *memoria emocional*, en sucesos ordenados espacio-temporalmente bajo el control de la *memoria verbal* y que tienden a formar parte de la biografía del sujeto. Se trata de que la víctima sea capaz de guardar los recuerdos en el archivador correspondiente y de poner orden en el caos. De este modo, la víctima puede llegar a controlar los recuerdos, en lugar de que los recuerdos le controlen a ella, y a no generalizar los estímulos de terror a todas las personas. No es lo mismo *revivir* que *recordar*, por desagradables que sean los recuerdos.

En cierto modo, se trata de *poner nombre a lo que uno ha vivido*. De esta manera, los recuerdos se reintegran, ya digeridos, en la biografía de una persona y en la visión de sí misma y del mundo que poseía con anterioridad al trauma.

A este proceso de convertir las vivencias en recuerdos (recuerdos dolorosos, pero solo recuerdos) ayuda el paso del tiempo, la reanudación de la vida cotidiana, la implicación en nuevos proyectos, el soporte familiar y el apoyo de la sociedad a las víctimas. En muchas ocasiones, dependiendo de la vulnerabilidad de la víctima y del daño psicológico causado, se requiere un tratamiento psicológico a lo largo de este proceso (Pérez Sales, Fernández-Liria y Rodríguez Vega, 2006).

CONDUCTAS FACILITADORAS Y EMOCIONES OBSTACULIZADORAS

Hay algunas emociones que facilitan la transición del revivir al recordar y otras, sin embargo, que la obstaculizan. Así, por ejemplo, el perdón al agresor es un acto de generosidad de la víctima y supone la cancelación voluntaria de una deuda. Perdonar no es olvidar, y mucho menos aceptar la conducta o actitud del otro: es, sobre todo, librarse del dolor. Otorgar el perdón es más fácil cuando el ofensor muestra arrepentimiento y presenta disculpas sinceras por el mal generado. Perdonar es colaborar conscientemente a que la herida se cicatrice, sin cerrar la herida en falso, y luego aprender a vivir con esa cicatriz. Nada puede modificar el pasado, pero el perdón puede cambiar el futuro. La memoria sin ira, sin afanes vengativos, proyecta una luz hacia el porvenir (Beristáin, 2004; Kalayjian y Paloutzian, 2009).

Implicarse en nuevas experiencias y en proyectos ilusionantes (es decir, diseñar el presente y el futuro) facilita el olvido de los recuerdos dolorosos porque las nuevas experiencias debilitan a las antiguas. No se trata de un *olvido pasivo o amnésico*, sino de un *olvido activo*, que olvida la deuda pero no los hechos, que no destapa la revancha sino que entierra aquella situación desde el reconocimiento expreso de su existencia. Por eso, una cosa es recordar y otra muy distinta vivir en el rencor de la amargura. Gracias al olvido –y al olvido de que se ha olvidado– se pueden pasar por alto numerosas amenazas y agresiones a la identidad personal (Villa, 2004).

Por el contrario, hay algunas emociones que interfieren en el proceso de recuperación de las víctimas. En el corazón del ser humano anida una tendencia natural a la venganza, que está basada en la memoria (el recuerdo de la agresión o de la afrenta), cuando se siente agraviado y humillado. Toda víctima, por el mero hecho de serlo, siente un deseo de venganza y no puede evitar el sentirlo. No se debe a una víctima impedir expresar su deseo de venganza. Los sentimientos de venganza son tan psicológicamente necesarios como socialmente inadmisibles. La venganza está excluida de la civilización, pero no está excluida de los corazones de las víctimas.

Sin embargo, la venganza, como el odio o el resentimiento, es siempre *excesiva* y resulta *insaciable*. Al margen de que el odio o el rencor puedan ser un motor para la acción humana, tienen un efecto destructivo porque absorben la atención, encadenan al pasado, impiden cicatrizar la herida y, en último término, dificultan la alegría de vivir. Estar anclado en el resentimiento produce una insatisfacción con la vida y un empobrecimiento de la vida personal y, en algunos casos, puede intensificar los síntomas de depresión y ansiedad preexistentes. El odio es un sentimiento negativo que solo hace daño a quien lo siente; a los ofensores no les llega nada de ese odio. El odio supone un reconocimiento doloroso de la impotencia ante la persona odiada e incluso genera culpa y autodesprecio, por lo que frecuentemente no se reconoce.

En último término, el odio o la venganza son un mecanismo adaptativo negativo, sobre todo cuando no son fruto de una mera reacción inicial, sino que se mantienen en el tiempo. La mordedura de la serpiente no mata; lo que mata es el veneno (odio) que deja dentro. Los odios se aprenden tempranamente y pueden transmitirse incluso de generación en generación. Es más, el círculo diabólico del odio y de la venganza puede llegar a implicar la venganza de sangre, que se puede transmitir generacionalmente, como ha ocurrido entre gitanos o entre familias en los pueblos rurales.

La renuncia al deseo de venganza es una obligación social inevitable en una sociedad civilizada, pero la negación social de su necesidad psicológica es una segunda agresión. No hay víctima que no quede desgarrada por el conflicto entre la necesidad psicológica de la venganza directa y el imperativo social de resignarse a la justicia (Mullet, 2012; Worthington, 2005).

EL PAPEL DE LA SOCIEDAD EN LA RECUPERACIÓN DE LAS VÍCTIMAS

A su vez, la sociedad tiene una responsabilidad importante en la cicatrización emocional de las heridas de las víctimas. Lo que caracteriza a las víctimas de la violencia es su *inocencia*, es decir, padecer injustamente una violencia. Las víctimas son inocentes en la medida en que sufren una agresión innecesaria, pero eso no significa

que sean personas inmaculadas, ni que su sufrimiento les otorgue patente de corso o la cualidad de ejemplares.

No hay que buscar la significación de la víctima en la intencionalidad del verdugo, ni siquiera en la ideología de la víctima, sino en el hecho objetivo de la violencia injusta. Si la víctima es un ser humano al que se infiere un daño injusto, la memoria de la víctima solo puede significar hacer justicia (detener a los agresores, ponerles a disposición de la Justicia, etcétera).

La sociedad debe prestar atención a las necesidades de las víctimas: verdad, justicia y reparación. No hay mañana sin ayer ni un proyecto de futuro válido sin memoria histórica de lo ocurrido con las víctimas. El olvido no significa reconciliación ni la memoria significa necesariamente venganza. La convivencia no es amnesia del pasado, sino lectura crítica del mismo. Hay un *deber de memoria*. Como decía Aristóteles en la *Ética a Nicómaco*, el deber de memoria es el deber de hacer justicia, mediante el recuerdo, a la persona que ha sido objeto de injusticia. Las víctimas deben recibir una reparación moral y obtener una indemnización económica justa. Pero lo más importante es restablecer la dignidad y la memoria de la persona afrentada.

CONCLUSIONES

Las personas no son marionetas en manos de sus recuerdos y deben aprender a modular emocionalmente los recuerdos. Las vivencias dramáticas insufribles pueden tiranizar a una persona, pero también pueden transformarse en recuerdos dolorosos tolerables que forman parte de su biografía, sin que interfieran negativamente en su vida cotidiana actual y futura. Es decir, se trata de convertir un *pasado traumático* en un *pasado biográfico*, de modo que las víctimas no queden atrapadas en el túnel del tiempo (Echeburúa, 2004).

Las víctimas deben dejar de ser víctimas lo antes posible, como el tuberculoso o el cardiópata deben dejar de serlo. La víctima es un *estado* transitorio que provoca un *rol* pasajero y se debe mantener el tiempo en que los mecanismos adaptativos del sujeto (o, en su caso, la ayuda profesional) reparan la situación sufrida. La identidad de víctima a perpetuidad (la instalación en el sufrimiento o en el victimismo), con un *estatus* permanente, es contraproducente porque prolonga el duelo de los afligidos y los lastra para comenzar un nuevo capítulo de su vida. No se es radicalmente víctima, sino persona, que es la suma de muchas vivencias. En caso contrario, las víctimas pueden realimentar los recuerdos dolorosos y respirar continuamente por la herida (Brooks y Goldstein, 2004).

No es función de las víctimas, en su condición de tales, participar ni en la política legislativa ni en la política criminal ni en la política penitenciaria. Sin embargo, las víctimas tienen una obligación moral de dar testimonio de memoria de lo que ocurrió para que no vuelva a suceder. Por eso, hay que avanzar en curar las heridas del pasado a través de más justicia, más verdad y más reparación. No se puede mancillar la memoria de las víctimas, que deben dar fe de la deslegitimación social, moral y política del terrorismo y levantar acta de que no hubo, ni hay ni habrá justificación para el asesinato de nadie. La reinserción de los terroristas siempre debe ser individual y no colectiva, activa por parte del afectado y no pasiva o impuesta y debe tener como

ingrediente imprescindible el reconocimiento del daño infligido por parte del agresor. El fin reinsertador también exige una serie de obligaciones que impone la Justicia y que después de la excarcelación pueden incluir, por ejemplo, la reparación económica hacia la víctima y en su caso el alejamiento de la misma.

Hay algunos hechos sociales que contribuyen al debilitamiento de los recuerdos traumáticos. En el pasado las noticias de nuevos atentados o el apoyo social a los terroristas (en forma de homenajes, por ejemplo) han constituido una fuente adicional de victimización. En el caso de las víctimas del terrorismo etarra, el hecho de que hayan transcurrido 3,5 años desde el último atentado mortal, de que se perciba a ETA como derrotada (y prácticamente desaparecida) y de que la policía y la Justicia continúen con su labor deteniendo y juzgando, respectivamente, a las personas encausadas es un factor de alivio para las víctimas. No hay nada que cree más alivio que la desaparición del terror ni nada que genere más angustia que ver la huella del terror en nuevas víctimas y atentados. La justicia cura; en cambio, la impunidad aviva el dolor de las víctimas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BERISTAIN, A. (2004). "Las víctimas y el perdón...: hacia la superación del trauma". En E. Echeburúa, *Superar un trauma. Tratamiento de las víctimas de sucesos violentos* (pp. 191-199). Madrid: Pirámide.
- BROOKS, R. y GOLDSTEIN, S. (2004). *El poder de la resiliencia. Cómo lograr el equilibrio, la seguridad y la fuerza interior necesarios para vivir en paz*. Barcelona: Paidós.
- CARDONER, N. y URRETAVIZCAYA, M. (2006). Psicopatología de la memoria. En J. Vallejo (Ed.), *Introducción a la psicopatología y la psiquiatría* (pp. 153-172). Barcelona: Elsevier.
- CASTILLA DEL PINO, C. (2001). *Teoría de los sentimientos*, Barcelona: Tusquets.
- CYRULNIK, B. (2013). *Sálvate, la vida te espera*. Madrid: Debate.
- ECHEBURÚA, E. (2004). *Superar un trauma. El tratamiento de las víctimas de sucesos violentos*. Madrid: Pirámide.
- ENRIGHT, R. D. y FITZGIBBONS, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington: APA.
- KALAYJIAN, A. y PALOUTZIAN, R. F. (2009). *Forgiveness and reconciliation: Psychological pathways for conflict transformation and peace building*. New York: Springer.
- MULLET, E. (2012). Perdón y terapia. En F. J. Labrador y M. Crespo (Eds.), *Psicología clínica basada en la evidencia* (pp. 137-152). Madrid: Pirámide.
- PÉREZ SALES, P., Fernández-Liria, A. y Rodríguez Vega, A. (2006). *Trauma, culpa y duelo. Hacia una psicoterapia integradora*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- ROJAS MARCOS, L. (2002). *Más allá del 11 de septiembre. La superación del trauma*. Madrid: Espasa Calpe.
- TRUJILLO, M. (2002). *Psicología para después de una crisis*. Madrid: Aguilar.
- VILLA, I. (2004). *Saber que se puede. Recuerdos y reflexiones de una víctima de terrorismo*. Barcelona: Martínez Roca.
- WORTHINGTON, E. L. (Ed.) (2005). *Handbook of forgiveness*. Nueva York: Routledge.