



Erkenne Dich selbst

Wer sich selbst nicht kennt,
erkennt auch die Welt nicht.

**Habe Mut,
dich deines eigenen
Verstandes zu bedienen!** Immanuel Kant

Bewusstsein 3.0

Plädoyer für einen realen Humanismus

Grundlagen der Identitätsorientierten
Psychotraumatheorie und -therapie (IoPT)

? „Wess‘ Brot Ich ess‘, dess‘ Lied ich sing ...“?

- Ich mache diesen Vortrag nicht im Namen und im Auftrag der Universität an der ich angestellt bin.
- Ich stehe auch sonst in keiner finanziellen Abhängigkeit von einer anderen, hier nicht genannten Institution.
- Ich vertrete keine weltanschaulichen Positionen einer hier nicht genannten Organisation.



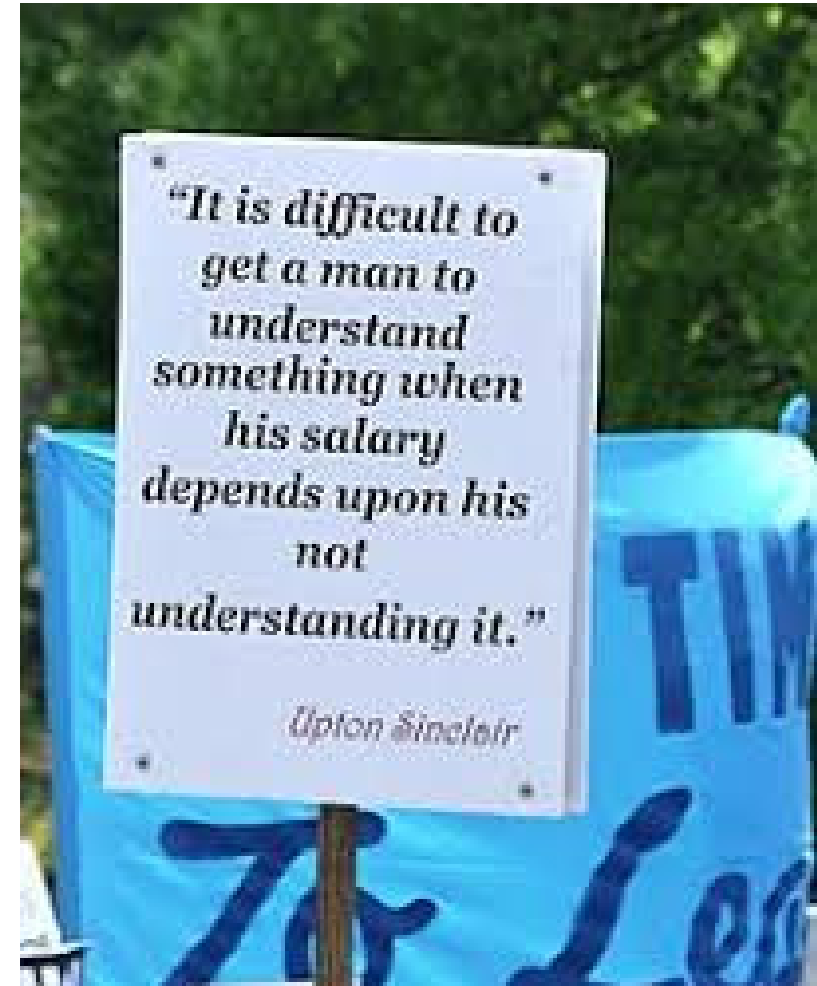
Kriterien von „Wissenschaftlichkeit“



- Widerspruchsfreiheit (logische Kraft)
- Überprüfbarkeit der Theorien (empirischer Bezug)
- Selbstreflexive und -kritische Haltung
- Aufgabe falscher zugunsten richtigerer Theorien (undogmatisch)
- Verallgemeinerbarkeit (Reichweite und Relevanz)

Reale vs. Pseudowissenschaft

- Bei realer Wissenschaft zählt das Argument ohne Ansehen der Person (z.B. Titel).
- Gekaufte, von Existenz- und Abhängigkeitsängsten geplagte Wissenschaftler, Journalisten, Lehrer, Richter oder Politiker erzeugen den Schein von Wissenschaftlichkeit und produzieren realitätsferne Ideologien.
- Ideologien vergewaltigen die Realität und damit auch uns Menschen.



Menschen sind psychisch gesund

- Sie sind anmutig, besonders, charmant, dankbar, ernst, friedlich, gut, hilfsbereit, intelligent, klug, liebevoll, mutig, nachsichtig, offen, potent, quicklebendig, ruhig, solidarisch, treu, umsichtig, vorsichtig, weise, zuversichtlich ...



Menschen sind Opfer

- Sie sind am Boden zerstört, beschämt, entwürdigt, erniedrigt, gedemütigt, missbraucht, misshandelt, ungeliebt, ungewollt, ungeschützt, vernachlässigt ...

Menschen sind Täter

- Angeber, Betrüger, blöd, cholerisch, denkfaul, einfältig, feige, gierig, hinterhältig, intrigant, Kotzbrocken, Lästermäuler, Lügner, Machos, Mörder, Nichtsnutze, Oberlehrer, prunksüchtig, Querulanten, rachsüchtig, stressig, tyrannisch, unterwürfig, Verräter, widerlich, Zuhälter ...



Menschen sind Opfer und Täter zugleich

- Sie sind ambivalent, beschämen sich selbst, gleichgültig gegen sich selbst, hart zu sich, gespalten, in sich zerrissen, kleinmütig und überheblich, selbstverletzend, voller Selbstvorwürfe, suizidal ...



Menschliche Probleme sind

- Natürlich (Erdbeben, Tsunamis, Überschwemmungen, Vulkanausbrüche, Waldbrände)
- Menschengemacht (Armut, Bankencrash, Bomben, Drogenkonsum, Gewalt, Kriege, Kinderkrippen, Mitweltzerstörung, Wirtschaftskrisen)
- Warum machen Menschen sich selbst und anderen Probleme?
- Warum sind sie nicht in der Lage, diese Probleme zu lösen?



Beispiel: Frühe Fremdbetreuung als menschengemachtes Problem

- Frühe und langdauernde Fremdbetreuung (Kinderkrippe, Tagesmutter, Großeltern) für Kinder unter 12 Monaten erzeugt bei ihnen Dauerstress und zwingt sie zur psychischen Spaltung
- Ganze Generationen von Kindern werden dadurch früh traumatisiert und in ihrer Entwicklung schwer geschädigt



Problemlösung 1.0: Spiritualismus

- **Theorie:** Übernatürliche Kräfte (Geister, Dämonen, Götter ...) schaffen und beherrschen die Welt und die Menschen. Was geschieht ist schicksalhaft.
- **Praxis:** vielfältige Rituale, um diese höheren Mächte zu versöhnen und in Einklang mit ihnen zu kommen
- **Ziel:** Suche nach innerer Freiheit losgelöst vom irdischen Dasein

Problemlösung 2.0: Materialismus

- **Theorie:** Alles ist Physik und Chemie; Psyche, Seele, Ich, freier Wille sind nur materielle Zustände/Gehirnzustände, Subjektives behindert die objektive Wissenschaft.
- **Praxis:** u.a. Therapien, die auf körperliche „Symptome“ fixiert sind, ohne auf psychische Zusammenhänge zu achten.
- **Ziel:** Suche nach objektiven Gesetzen und Notwendigkeiten, Streben nach materiellem Besitz und Weltkontrolle

Das derzeitige globale konkurrenz-,
geld- und technikfixierte Politik- und
Wirtschaftssystem ist Ausdruck von
Bewusstsein 2.0 mit einem Überbau
aus Bewusstsein 1.0

Das globale konkurrenz-, geld- und technikfixierte Politik- und Wirtschaftssystem

- ist nicht primär auf die Bedürfnisse von Menschen ausgerichtet, sondern auf die Vermehrung von Geld und den Erhalt staatlicher Macht.
- befriedigt die grundlegenden menschlichen Lebensbedürfnisse nur bedingt (Wasser, Essen, Wohnen, körperliche Gesundheit ...) und nur für den geldreichen Teil der Menschheit.
- schafft immer wieder neue unlösbare Probleme (zwischenstaatliche und innergesellschaftliche Konflikte, neue Gifte, neue Strahlungen, Atommüll, Kontamination von Ackerland, menschengemachte Krankheiten, Kriege ...)
- erzeugt gesellschaftlichen Systeme, die nicht auf gesunden psychischen Strukturen basieren.
- vergewaltigen die Realität mit den irrationalen geistigen Konstrukten derer, die Macht und Einfluss haben (z.B. „Tausendjähriges Reich“).
- stellen ein kollektives Selbstzerstörungsprogramm dar.

„Vergangenes Jahr standen wir
noch am Abgrund.

Heuer sind wir einen
entscheidenden Schritt weiter!“

Exkurs: Macht

- Macht als Vorstellung, mit Gewalt Ordnung zu stiften und Not zu lindern
- Macht erzeugt Ohnmacht
- Menschen an der Macht tendieren zur Idee der Allmacht, weil sie in ihren Machtpositionen zu Tätern werden
- Allmacht erzeugt Chaos und Not
- Machterhalt wird zum Selbstzweck
- Faustregel. Im Verhältnis zur Macht spiegelt sich die Vater-Beziehung wieder.



Exkurs: Geld

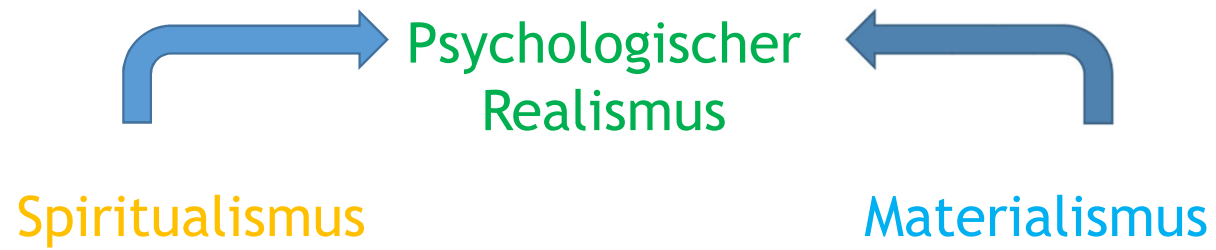
- Geld ist eine gedankliche Fiktion, die allem und jedem einen abstrakten Wert zuweist.
- Geld ist nur etwas wert, wenn alle daran glauben.
- Da Geld den Unterschied zwischen arm und reich schafft, muss der Glaube an das Geld mit Gewalt durchgesetzt werden.
- Dieses Geldsystem übt dann Macht sowohl über Reiche als auch über Arme aus.
- Es wird zum Selbstzweck, dem sich alle Menschen unterwerfen.
- Faustregel: Im Verhältnis zum Geld spiegelt sich die Mutterbindung wieder.



Selbstzweck oder Mittel zum Zweck?

- Für das Bewusstsein 1.0 und 2.0 ist das Menschsein kein Selbstzweck.
- Menschen erleben in diesem Bewusstsein keine bedingungslose Liebe zu sich selbst und zu ihrer Mitwelt.
- Aus ihrer Identitätsverwirrung heraus machen sie sich gegenseitig zum Mittel für die Zwecke ihrer Trauma-Überlebensstrategien, d.h. ihrer Opfer- und Täterhaltungen.

Bewusstsein 3.0



Die Identitätsorientierte Psychotraumatheorie und Therapie (IoPT)

bietet eine Synthese an zwischen
Spiritualismus (1.0) und **Materialismus (2.0)**

Der **idealistische** wie der **Trans-Humanismus** wird
dann zu einem **realen Humanismus**.

Kernkonzepte der IoPT

- Identität
- Psyche
- Trauma

Definition von Identität

Ich bin die Summe all meiner
bewussten wie unbewussten
Lebenserfahrungen seit dem
Beginn meines Lebens.

Wahre Identität entsteht nicht

durch **Identifikationen**: Ich = meine Mutter, mein Vater, meine Familie, meine Freunde, mein Partner, meine Kinder, mein Beruf, meine Firma, mein Land, meine Religion, mein Fußballverein ...

durch **Vergleiche** mit anderen: Ich bin schöner, besser, schneller, intelligenter ... als ...

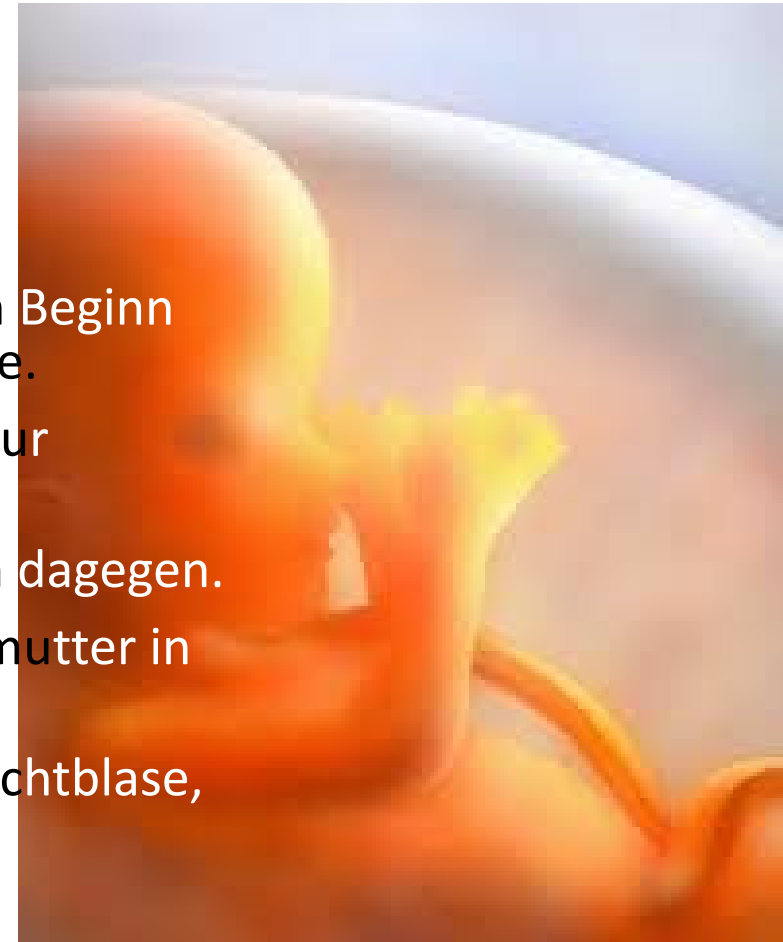
durch **Abgrenzungen**: Ich bin kein Schwarzer, Muslim, Jude, Asylant, Ausländer ...

Sie entsteht nur durch den Bezug auf sich selbst und die eigene Biografie.



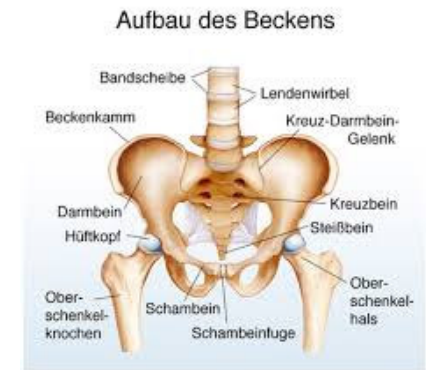
Der Lebensbeginn

- Das ungeborene Kind ist ein Subjekt mit einer Psyche von Beginn seines Lebens an = Verschmelzung von Ei- und Samenzelle.
- Das Kind beeinflusst den mütterlichen Organismus, ihm zur Verfügung zu stehen.
- Der mütterliche Organismus toleriert das oder wehrt sich dagegen.
- Ca. 6 Tage nach der Befruchtung Einnistung in die Gebärmutter in einem immunologischen Vakuum
- Das Kind schafft sich im Uterus seine eigene Umwelt (Fruchtblase, Plazenta, Nabelschnur).
- Die Psyche entwickelt sich von Anfang an mit.



Angst und Abhängigkeit als Conditio Humana für den Homo Sapiens

- Für den aufrechten Gang braucht es einen Beckenring, der Beine und Rumpf stabil verbindet.
- Dieser schränkt die Fähigkeit ein, Kinder im Bauch zu haben und die „Tragezeit“ wird verkürzt (9 statt 18/21 Monate)
- Jeder Mensch ist eine hochverletzliche und hochabhängige Frühgeburt.



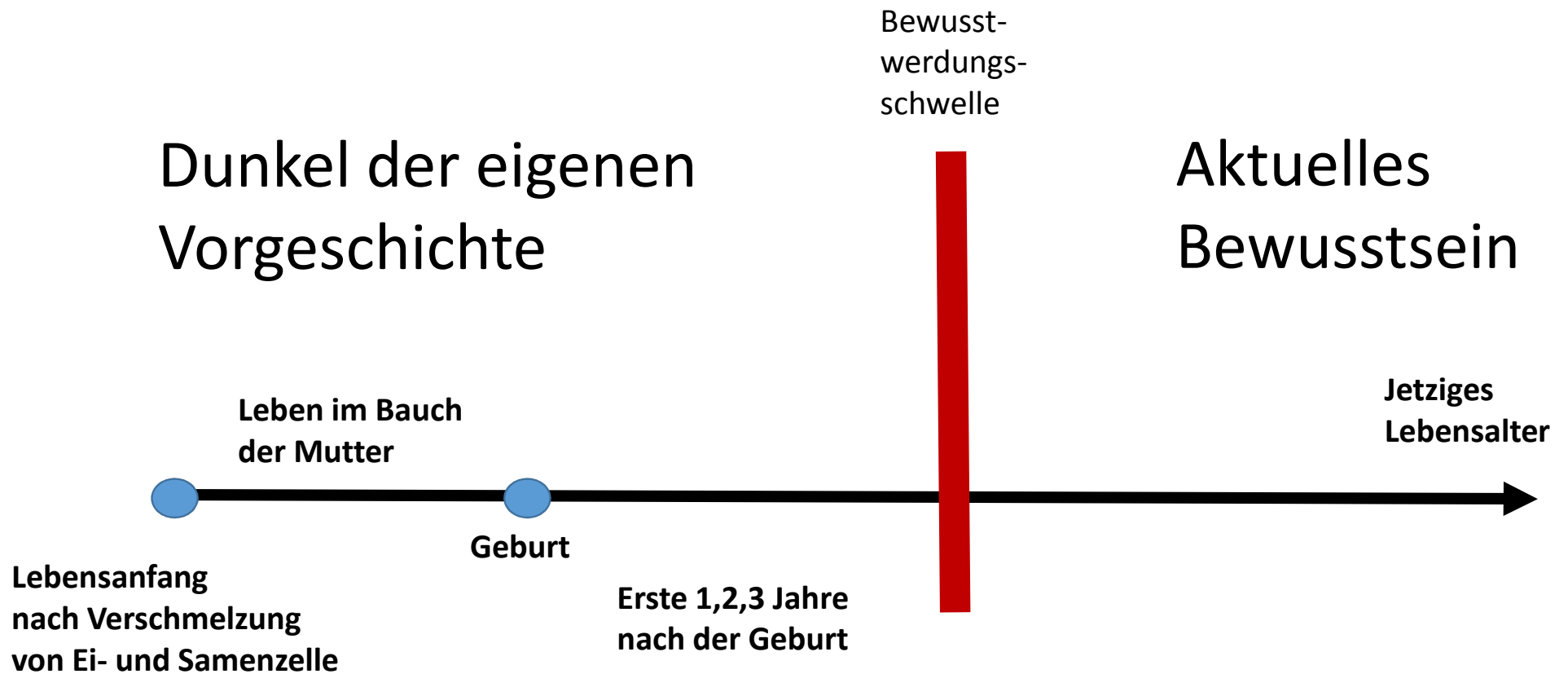
Angst und Abhängigkeit als Conditio Humana für den Homo Sapiens

- Kindliche Ängste sind **Todesängste** kombiniert mit **Verlassenheitsängsten** und massiven **Abhängigkeitsgefühlen**
- Es braucht eine möglichst angstfreie Mutter, um dem Kind diese Ängste zu nehmen und ihm Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln.
- Wenn die Mutter selbst Angst hat, sitzen Mutter und Kind dauerhaft in einer **Angst-Abhängigkeitsfalle**



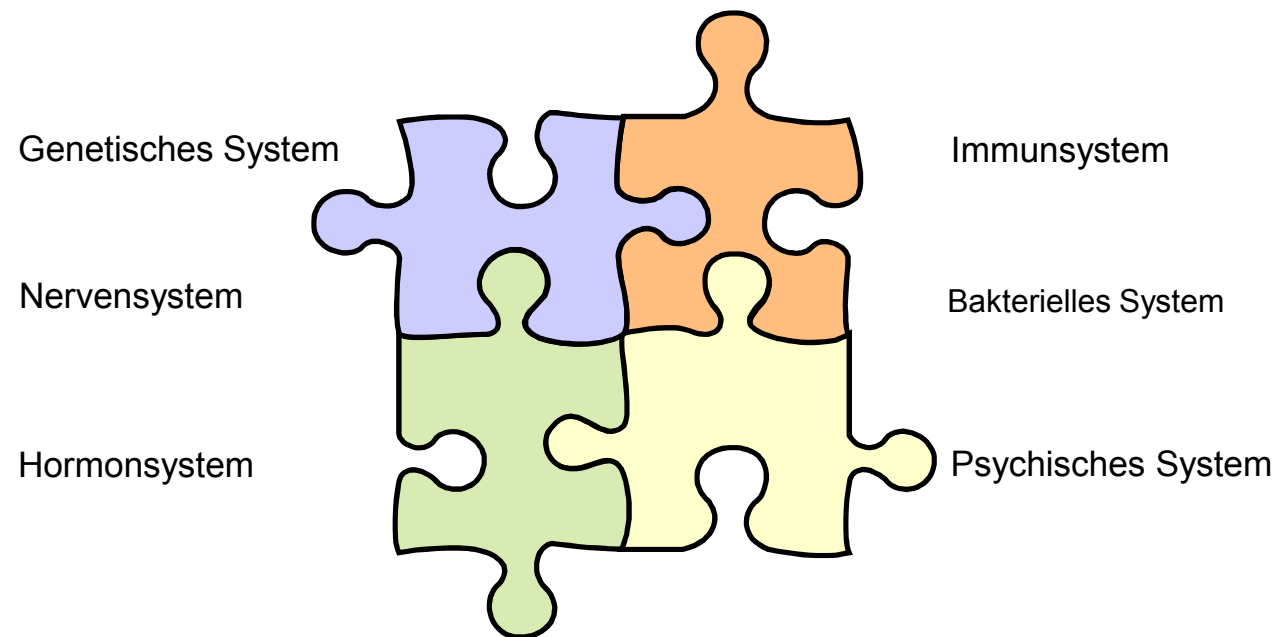
Dunkel der eigenen Vorgeschichte

Aktuelles Bewusstsein



Die Psyche ist ein Teil des lebendigen menschlichen Organismus

bestehend aus Materie, Energie und Information



Warum und wieso gibt es eine menschliche „Psyche“?

Der lebendige menschliche Organismus stellt mittels seiner „Psyche“

- den Kontakt zu seiner Mitwelt her,
- verschafft sich dadurch verschiedene Zugänge zu seiner Außenwelt sowie
- zu seiner Innenwelt,
- und erfasst dadurch die Realitäten,
- die ihm für die Bedürfnisse seines Selbst- und Arterhalts dienlich sind.



Die menschliche Psyche ...

- macht für den betreffenden Menschen aus der Realität „an sich“ (objektive Realität) eine Realität „für ihn“ (subjektive Realität)
- Bei einer „gesunden Psyche“ wird die objektive Realität in der subjektiven Realität adäquat und ohne Widersprüche abgebildet.

„Körper“ und „Psyche“

„Psyche“ sind die verschiedenen Programme des lebendigen Organismus, um Informationen über die relevanten Realitäten zu verarbeiten und seine Handlungen zu steuern. „Körper“ und „Psyche“ sind bei einem lebendigen Organismus untrennbar verbunden. Es gibt weder eine „Angst an sich“ noch ein „Herz an sich“.



Psychische Hauptfunktionen bei Menschen

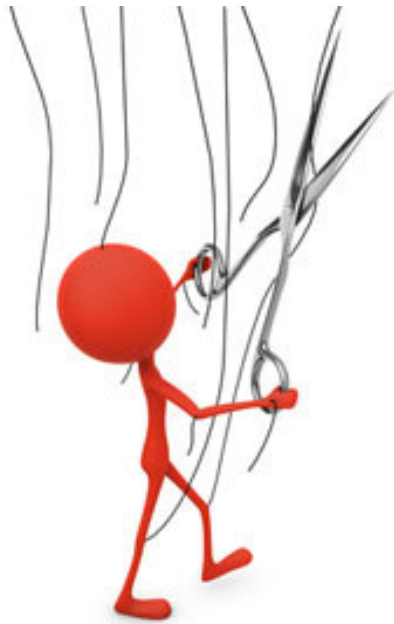
- Wahrnehmen (sehen, hören, riechen, schmecken, tasten, spüren)
- Fühlen (lieben, Angst haben, wütend sein, traurig sein, sich schämen, sich schuldig fühlen)
- Vorstellen
- Denken (assoziativ, logisch-rational)
- Erinnern (kurz- und langfristig, bildhaft, episodisch, semantisch, prozedural)
- Ich-, Selbstbewusstsein
- Unbewusstes Getriebensein und bewusstes Wollen
- Steuerung von Handlungen

Symbiotische Bedürfnisse

- genährt werden
- gewärmt werden
- Körperkontakt haben
- gehalten werden
- gesehen werden
- verstanden werden
- unterstützt werden
- zusammen gehören
- willkommen sein



Autonomiebedürfnisse



- Selbst wahrnehmen, fühlen, denken
- Eigenständig sein
- In sich selbst Halt finden
- Etwas selbst machen
- Unabhängig sein
- Frei sein
- Selbst entscheiden
- ...

Die menschlichen Gefühle sind mit der Erfüllung oder Nicht-Erfüllung menschlicher Bedürfnisse verknüpft.

Bewusst und unbewusst

- Die Mehrzahl der psychischen Prozesse geschieht in einem Menschen unbewusst.
- Viele lebenswichtigen Funktionen (Atmen, Verdauung, Immunreaktionen, Sexualität) sind dem Bewusstsein und der willentlichen Beeinflussung weitgehend entzogen.
- Bewusstsein ist eine psychische Sonderfunktion zur besseren Kommunikation in Gruppen und zur effektiveren Problemlösung.
- Bewusstsein entsteht vor allem durch Co-Bewusstsein.
- Durch Sprache und Worte kann die Realität bewusst auf den Begriff gebracht werden.
- Bewusstes Eingreifen in unbewusste Vorgänge kann unterstützen oder Schaden anrichten.
- Oft wird das Fehlen von bewussten Erinnerungen mit dem Nichtvorhandensein von Traumaerfahrungen gleichgesetzt (z.B. bei frühkindlichen Vernachlässigungen und Gewalterfahrungen und sexueller Traumatisierung).

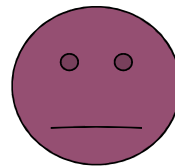
Hauptzustände der menschlichen Psyche

• Wohlfühlzustände



- Keine existentielle Gefahr
- Realitätsoffenheit

• Stressprogramme



- Drohende existentielle Gefahr
- Realitätsverengung

• Traumanotfallreaktionen



- Gefahr ist überwältigend
- Realitätsausblendung

Psychotraumata ...

- sind eine Realität, die eine menschliche Psyche nicht ertragen kann.
- Sie werden überlebt, indem das Unerträgliche (Angst, Wut, Schmerz, Scham ...) psychisch abspalten wird.
- Unsere Psychotrauma-Überlebensstrategien arbeiten fortlaufend daran, die nicht erträgliche Realität aus dem Bewusstsein fern zu halten.
- Das Ergebnis ist ein Verlust des Realitätsbezugs und der gesunden Identität.



Trauma durch eigene Täterschaft



Trauma der Sexualität



Trauma der Liebe



Trauma der Identität

Trauma Trias

Nicht geschützt

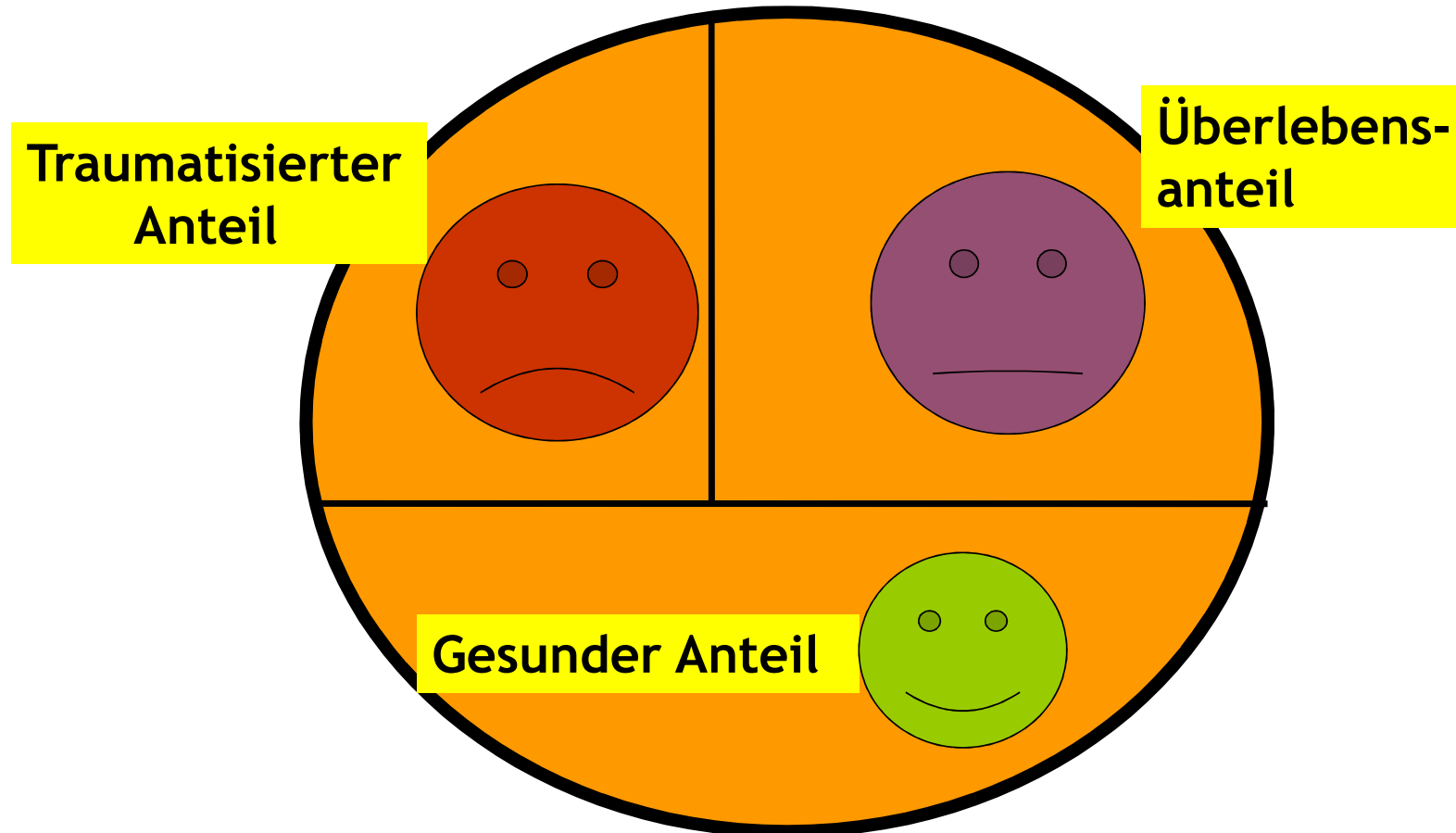
Nicht geliebt

Nicht gewollt

Mögliche Psychotraumabiographie

© Franz Ruppert

Spaltung eines Menschen nach einer Traumaerfahrung



Menschen sind im Allgemeinen voller Angst

- Sie dürfen nicht weiter geängstigt werden, sonst entwickeln sie auch Ärger und Wut, was sich dann als Aggression (Gewalt gegen andere) oder Depression (Gewalt gegen sich selbst) ausdrückt.
- Was Menschen stattdessen brauchen: Liebe als Gegengift zur Angst.
- Auch menschliche Abhängigkeitsgefühle dürfen nicht weiter gefördert werden, Menschen sind zu unterstützen, um zu autonomen und freien Individuen zu werden.

Was ist Liebe?

- Ein ursprüngliches Potential („Liebesfähigkeit“)
- Die Hoffnung auf Resonanz („Liebesbedürfnis“)
- Das Gegenteil von Angst, Wut, Fremd- und Selbstaggression
- Ein Gefühl, das Mütter/Väter veranlasst, ihre Kinder zu schützen
- Ein gutes Körpergefühl, das das Ja zum eigenen Dasein braucht
- Ein Gefühl, das das eigene Wohlergehen will („Selbstliebe“)
- Verhaltensweisen, die das Wohlergehen anderer im Sinn haben
- ...

Gesunde Elternliebe bedeutet

- einem Kind seine Liebesbedürfnisse altersadäquat zu erfüllen und
- ihm die Entwicklung seiner Autonomie altersadäquat zu ermöglichen
- Voraussetzung: die eigenen Liebesbedürfnisse der Eltern wurden befriedigt und sie konnten als Kinder sie selbst sein und erfahren, was gesunde Liebe ist

Traumatisierte Eltern können sein

- Emotional nicht erreichbar
- Übergriffig
- Emotional schwer belastet
- Unberechenbar
- Emotional bedürftig
- Gewalttätig

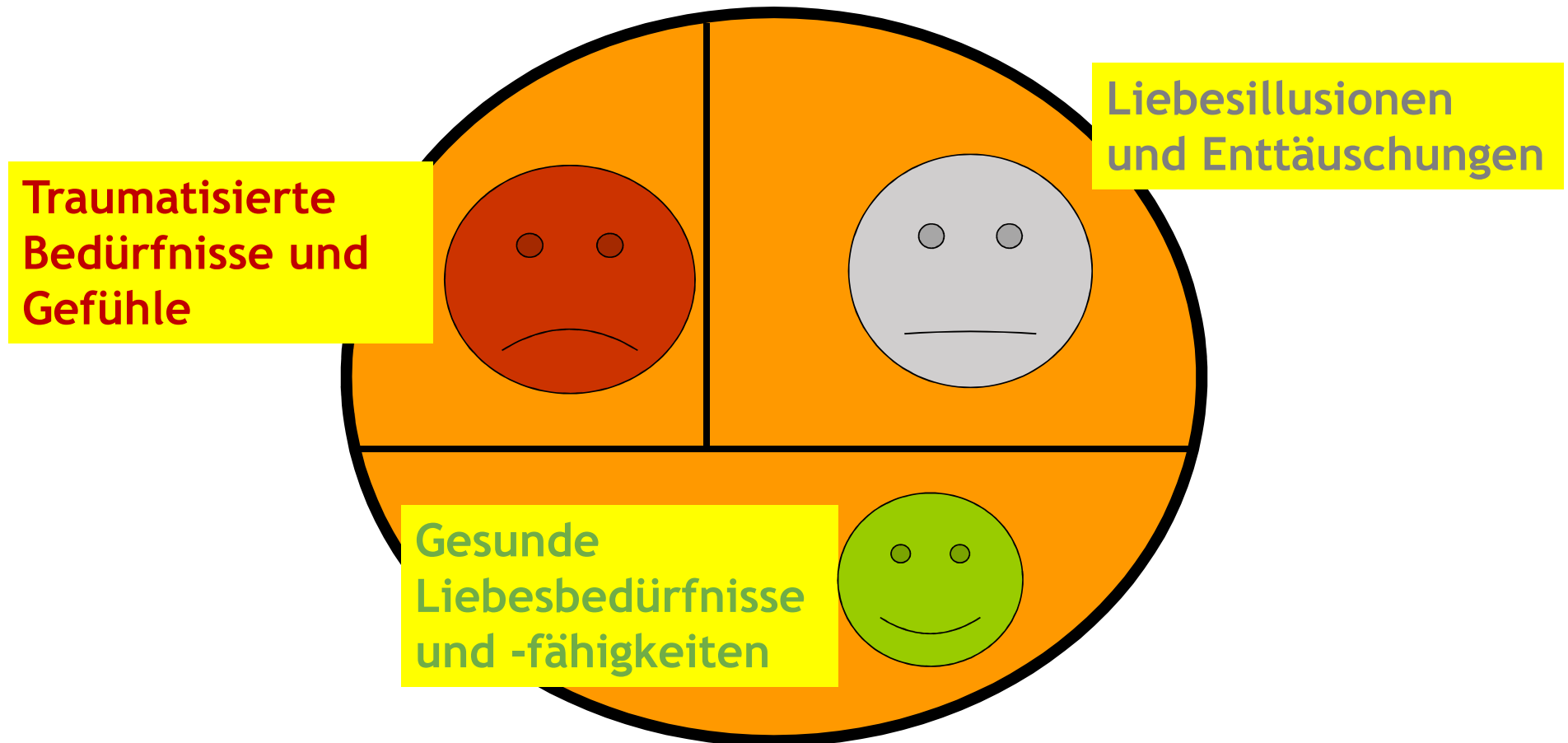


- Sie sind aufgrund eigener Traumatisierungen psychisch gespalten.

Die Bindungsbeziehung zu seiner Mutter und zu seinem Vater kann für ein Kind zu einer traumatisierenden Erfahrung werden („Entwicklungstrauma“).



Spaltungen der psychischen Strukturen bei einem Trauma der Liebe



Liebesillusionen

- Wenn man fest genug liebt, wird auch der andere die Liebe erwidern.
- Liebe kann erzwungen oder gekauft werden.
- Man kann jemanden durch die eigene Liebe retten.
- Liebe heilt alle Wunden.
- Liebe ist für die Ewigkeit.
- Alle Eltern lieben alle ihre Kinder.
- Liebe ist das Höchste, was es gibt.
- Nur die Liebe kann die Welt retten.
- ...

Zur äußeren Not kommt die innere Not hinzu



- Psychotraumagefühle werden als überwältigend erlebt.
- Ursprüngliche Bedürfnisse müssen unterdrückt werden.
- Chronischer Stress entsteht, um sich an traumatisierende Lebensbedingungen anzupassen.
- Überlebensstrategien setzen sich unerreichbare Ziele.
- Es entsteht keine Lebenszufriedenheit und kein wirkliches Lebensglück.

Eine traumatisierte Psyche kann nicht unterscheiden zwischen

- Ich, Du und Wir
- Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft
- Innen und Außen
- Leben und Tod
- Was tut mir gut und was schadet mir?
- Wer meint es gut mit mir und wer nicht?
- Was ist möglich und was ist unmöglich?

Traumatisierte Menschen leben dissoziiert in einer geistigen Blase und sind nur schwer von anderen Menschen erreichbar.

Exkurs: Covid – die Konstruktion einer möglichen Krankheit

- Covid 19 ist weder singularär noch differentialdiagnostisch als eigenständige Krankheit nachgewiesen worden.
- PCR-Test behaupten nur die Möglichkeit einer Infektion.
- „Asymptomatisch infiziert“ = eigentlich noch gesund, aber möglicherweise krank und infektiös
- Kinder können möglicherweise Ältere infizieren.
- Mögliche Ansteckungsketten führen zu möglichen Erkrankungen und möglichen Todesfällen und möglichen Überlastungen von Intensivstationen.
- Abstandhalten schützt möglicherweise vor Virenübertragungen.
- Mund-Nase-Bedeckungen schützen möglicherweise andere.
- Impfungen schützen möglicherweise vor Ansteckung



Exkurs: Covid 19 – die absehbar realen Folgen



- Weil die Gefährlichkeit eines Virus angeblich wissenschaftlich bewiesen ist, wird jeglicher weiterer wissenschaftlicher Diskurs unterbunden (Dogmatismus).
- Aus Angst vor einem Erstickungstod (SARS-CoV-2) werden gleich alle Menschen durch Mund-Nasen-Masken unter Erstickungsbedingungen gesetzt.
- Aus Angst vor massenhaftem Sterben, werden alle Menschen unter Bedingungen gesetzt, die ihnen die Freude am Leben nehmen.
- Weil die Gesundheitssysteme durch Corona-Patienten kollabieren könnten, wird gleich der Zusammenbruch aller gesellschaftlichen Systeme (Politik, Wirtschaft, Bildung, Kultur, Soziales) inszeniert („Lockdown“).
- Weil jetzt die Solidarität aller gefordert ist, werden alle vereinzelt, überwacht und alle ausgegrenzt, die nicht brav mitmachen.
- Weil alte Impfmethode Nebenwirkungen haben, wird eine neue Impfmethode propagiert, deren Folgen völlig unerforscht und unabsehbar sind.
- Im Namen des Gesundheitsschutzes für einzelne Gefährdete wird die Gesundheit aller schwer beschädigt.
- Warum das alles?



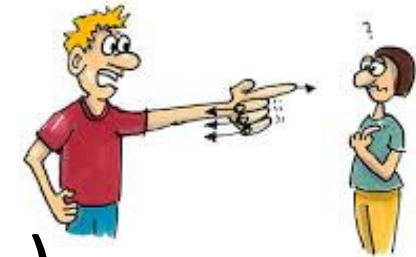
Die eigene menschliche
Destruktivität
(unberechenbar,
hinterhältig,
unkontrollierbar
sein, im Verborgenen
wirken, krank machen
und töten) wird auf
einen Virus projiziert.



Krieg ist Frieden
Freiheit ist Sklaverei
Unwissenheit ist Stärke

Georg Orwell: 1984

Abwertungen anderer
(„Covidiot“, „Rechtsradikaler“,
„Verschwörungstheoretiker“ ...)
sind im Grunde Aussagen über
sich selbst.



Täter-Opfer-Dynamik als worst case

- Traumaerfahrungen beschädigen die menschliche Psyche von Traumaopfern.
- Auch die Traumatäter beschädigen durch Lügen, Betrügen, Gewaltanwendung bis hin zum Morden ihre eigene Psyche massiv.
- Die Scham, sich diese psychische Beschädigung einzugestehen macht Traumaopfer und Traumatäter häufig zu einer verschworenen Gemeinschaft.





Andere Menschen als „Lebens-Projekt“

- Familie, Kinder als Projekte von Trauma-Überlebensstrategien von Frauen
- „Make America great again“, „eigener Fußballverein“, „Great Reset“, „Impfen der gesamten Weltbevölkerung“ als Projekte von Trauma-Überlebensstrategien Männern

Notwendige Transformation

- **Trauma-Täter** haben kein Verantwortungsgefühl, weil sie **Trauma-Opfer** sind.
- Sie werden erst von Ihrem **Täter-Sein** erlöst, wenn sie ihr **Opfer-Sein** fühlen.



Identitätsorientierte Psychotherapie (IoPT)

- Basiert auf der Anliegenmethode und dem Resonanzphänomen
- Sie macht die eigene Identitätsentwicklung bewusst
- Stärkt die gesunden Ich-Merkmale und fördert den eigenen freien Willen
- Macht Überlebensstrategien bewusst
- Hilft die Wahrheit der eigenen Traumata zu erkennen
- Hilft Spaltungen zu überwinden und Verstrickungen aufzugeben
- Führt in die Ganzheit zurück, individuell und kollektiv



**Aus Dissoziation
wird
Assoziaton.**



Schlussfolgerungen

- ❖ **Identität** nicht mit Identifikation verwechseln und vom Lebensbeginn her verstehen
- ❖ Die **menschliche Psyche** begreifen und ernst nehmen: davon hängt das Lebensglück jeden Einzelnen und von sozialen Gemeinschaften ab.
- ❖ **Prävention** von psychischen Traumatisierungen als primäre Gemeinschaftsaufgabe
- ❖ **Heilung** psychischer Traumatisierungen als zentrale Aufgabe im Gesundheitssystem
- ❖ **Gesellschaftliche Führungskräfte** (Eltern, Lehrer, Vorgesetzte, Politiker) müssen sich mit der eigenen Traumabiografie befassen, sonst verbreiten sie ihr inneres Chaos im Außen
- ❖ Sie dürfen Menschen keine Angst, sondern müssen ihnen Mut und **Lebensfreude** machen
- ❖ **Glückliche Menschen** machen andere glücklich und schaffen lebenswerte Gemeinschaften

Zukunftsperspektive

- Frieden = Versöhnung mit sich selbst
- Reichtum = die Schätze des eigenen Herzens leben
- Freiheit = mit der Wahrheit der eigenen Lebensgeschichte im Einklang sein
- Glück = bedingungslos Ja zu sich selbst sagen

Bewusstsein 3.0 schafft

eine wirklich humane Gesellschaft.

Literatur

- Chalmers, A. F. (2001). *Wege der Wissenschaft. Einführung in die Wissenschaftstheorie.* Heidelberg: Springer Verlag.
- Eccles, J. (1990). *Die Psyche des Menschen.* München: Piper Verlag.
- Fromm, E. (2016). *Wege aus einer kranken Gesellschaft.* München: dtv-Verlag.
- Harari, J. (2015). *Eine kurze Geschichte der Menschheit.* München: Pantheon Verlag.
- Orwell, G. (2003). *1984.* München: Ullstein Verlag.
- Ruppert, F. (2018). *Wer bin Ich in einer traumatisierten Gesellschaft?* Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, F. (2020). *Liebe, Lust und Trauma. Unterwegs zu gesunder sexueller Identität.* München: Kösel Verlag.
- Trump, M. L. (2020). *Zuviel und nie genug. Wie meine Familie den gefährlichsten Mann der Welt erschuf.* München: Heyne Verlag.,