

Boris Cyrulnik – ein Pionier der Resilienzforschung

Boris Cyrulnik (geb. am 26. Juli 1937 in Bordeaux) ist ein renommierter französischer Neurologe, Psychiater, Psychoanalytiker. Er gilt als einer der bedeutendsten Resilienzforscher in Frankreich und weltweit. Frühe seelische Traumata hat er am eigenen Leib erfahren: Seine Eltern wurden in Auschwitz ermordet, er blieb allein zurück. Nur mit Hilfe seiner Erzieherin und von Resistance-Mitgliedern wurde er vor der Deportation in ein KZ gerettet. Bei ihnen erlebte er Vertrauen und Zuwendung, die in ihm das Gefühl stärkten: Du bist wichtig, du bist wertvoll, ganz egal was du an Schrecklichem erlebt und erfahren hast!

Die Eltern von Boris Cyrulnik stammten aus der Ukraine und aus Polen. Sie emigrierten im Jahr 1936 nach Frankreich. Sein Vater war französischer Soldat und geriet in Kriegsgefangenschaft. Dort wurde seine jüdische Herkunft erkannt und er wurde nach Auschwitz deportiert. Er starb ebenso in einem KZ wie seine Ehefrau. Nun war Boris Cyrulnik bereits mit fünf Jahren Vollwaise. Die Mutter konnte ihn noch vor ihrer Deportation retten und in einer Pflegefamilie unterbringen. Im Januar 1944 wurde er bei einer Razzia erfasst und wurde in einer Synagoge eingesperrt, die als Sammellager für die Deportation ins KZ fungierte. Er konnte erfreulicherweise fliehen. Nur zwei von 1.700 Personen überlebten diese Aktion – er war einer davon. Seine Rettung und sein Leben danach beschrieb er in seiner Autobiographie „Rette ich, das Leben ruft.“ (Cyrulnik 2013). Hier erzählt Boris Cyrulnik erstmals ausführlich die schmerzlichen Erlebnisse seiner Kindheit und er zeigt auf, was uns trotz widriger Umstände stark macht. Er macht deutlich, wie sich schon in der Kindheit und auch später in unserem Leben die Kraft der Resilienz, die seelische Widerstandskraft in uns entwickeln kann.

Seine eigene Lebensgeschichte war ihm dabei ständiger Antrieb und Motivation. Seine Erfahrung hat ihm gezeigt, dass ein früheres Unglück oder ein früher Verlust nicht unter allen Umständen zu unwiederbringlichen Schädigungen führen müssen.

„Häufig findet ein seelisch verletztes Kind eine familiäre (oder eine andere) Ersatzfigur, die sich seiner mit Freuden annimmt. In diesem Fall bringt die seelische Verletzlichkeit des Kindes, seine Schwierigkeit, Trennungen zu ertragen und seine Überbindung, eine emotionale Stabilität hervor, die andere Entwicklungen fördert: Das Kind erweist sich als guter Schüler, als aufmerksam und ein wenig zu ernst. Alle sind voller Lob und merken nicht, dass dieser Eifer und liebenswürdige Charakter in der Angst vor Trennung und Verlust wurzeln. Möglicherweise hat sich bei mir dieser Bindungsstil eingestellt, denn während des Krieges, näherte ich mich jedem Erwachsenen, der Sicherheit versprach, und erzählte ihm jede Menge Geschichten...Trotzdem habe ich keine festen Bindungen zu ihnen hergestellt, weil ich sie schon bald wieder verlassen musste. Ich habe ihre Namen und Gesichter vergessen, aber sie hinterließen Spuren in mir. Ich wusste, dass diese Menschen bewundernswert waren und fühlte mich wohl bei ihnen...Dieser Anpassung verdanke ich während des Krieges meine Rettung und vermutlich neue Lebensfreude. (Cyrulnik, 2023, S.6,7) Nach seiner Rettung pendelte er zwischen einer Tante und einer Pflegefamilie. Er schaffte das Abitur und studierte Medizin. Nach dem Studium qualifizierte er sich als Arzt für Neurologie und Psychiatrie und machte eine Ausbildung als Psychoanalytiker. Er war Studiendirektor der Fakultät Humanwissenschaften an der Universität von Toulon. Seine Haupt Forschungsgebiete waren jahrzehntelang die Resilienz- und Trauma Forschung.