

EVENTOS DISRUPTIVOS, RESILIENCIA Y SENTIDO

Mauricio Nicolás BATAFARANO

Resumen

Los eventos disruptivos se presentan con una carga importante de impacto psicofísico por su magnitud, presentación inesperada que irrumpe en la vida cotidiana y por su componente de amenaza al hábitat natural y a la normalidad del diario vivir. El empleo del término disruptivo en vez del término traumático, permite centrar las consecuencias en la elaboración personal y comunitaria y no en el hecho físico en sí mismo. Surge de este modo, una ampliación del horizonte de posibilidades, al incluir las conductas resilientes como una alternativa válida de aprendizaje y fortalecimiento frente a la adversidad representada por el evento disruptivo. La teoría de la motivación logoterapéutica de Viktor Frankl focalizada en la búsqueda de sentido como motor principal del quehacer humano, brinda un marco teórico-práctico de referencia para eludir el determinismo e incorporar el fortalecimiento social y personal como realidad posible.

Abstract

Disruptive events, resilience, and meaning

Disruptive events carry a significant psychophysical impact due to their magnitude, their unexpected occurrence that disrupts daily life, and their threat to the natural environment and the normalcy of daily living. Using the term “disruptive” instead of “traumatic” allows us to focus on the consequences in terms of personal and community processing, rather than the physical event itself. This broadens the horizon of possibilities by including resilient behaviors as a valid alternative for learning and strengthening in the face of adversity represented by the disruptive event. Viktor Frankl’s logotherapeutic motivation theory, which focuses on the search for meaning as the primary driving force of

human activity, provides a theoretical and practical framework for avoiding determinism and incorporating social and personal strengthening as a possible reality.

Palabras clave: Evento disruptivo. Logoterapia. Resiliencia.

Key words: Disruptive events. Logotherapy. Resilience.

Introducción

En el discurrir de nuestra existencia nos topamos ocasionalmente con acontecimientos que, por su magnitud, intensidad o repercusión individual o social, nos interpelan de una manera especial. Son situaciones cuyas peculiaridades y su fuerte impronta sobre la realidad desnudan nuestra condición humana, ponen al descubierto nuestras limitaciones, pero también le abren paso a la máxima expresión de nuestras posibilidades. Un ejemplo reciente es la DANA ocurrida en la ciudad de Valencia a finales de octubre de 2024, cuyo aniversario hemos recordado recientemente.

Una primera aproximación a esta importante temática nos obliga a reflexionar sobre el mismo título del trabajo. ¿Por qué hablamos de disrupción o disruptivo? ¿Por qué no emplear la palabra traumático para referirnos a estos eventos como habitualmente se hace? Podemos esbozar una respuesta siguiendo los planteos del Profesor Moty Benyakar (2016), aunque más adelante nos desviaremos un tanto de ellos. Comencemos por un ejemplo práctico. Supongamos que una persona que ha recibido un golpe en la mandíbula y cuya piel se encuentra enrojecida por el golpe se acerca a una guardia médica y el médico, al verlo, le diagnostica sin más una fractura de mandíbula. Por la exclusiva observación del impacto propio del evento en el rostro del paciente, efectúa un diagnóstico. Al no tomar en consideración lo acontecido en el sujeto, el proceder es inválido y el médico en cuestión debería renunciar a su título o al menos plantearse seriamente el tipo de ejercicio profesional de la medicina que practica. La razón es muy simple; para llegar a ese diagnóstico es imprescindible comprobar qué ha ocurrido en el individuo, en este caso mediante una radiografía que afirme o descarte una fractura. En salud mental, en numerosas

ocasiones, los abordajes clínicos adolecen de la misma falta de perspectiva global. En palabras de Benyakar:

“Me pregunto: ¿cómo puede ser que nosotros, los profesionales de la salud mental, cuando atendemos a un paciente cuyo psiquismo sufrió el impacto abrupto y doloroso de un evento externo, llamemos a este hecho “trauma” basándonos simplemente en la característica del evento? Cada vez que realizamos esta afirmación contando como único dato con el hecho de que nuestro paciente recibió un impacto fuerte y doloroso sin tomar en cuenta el modo en que ese impacto fue elaborado, estamos desconociendo al paciente que, como sabemos, puede responder a los impactos del mundo externo de muchas otras maneras además del trauma” (Benyakar, 2016, p. 13).

Por lo tanto, lo que queda claro luego de esta disquisición es que una cosa es el evento y otra muy distinta la elaboración que la persona hace del mismo. Un planteo de estas características, que abandona el determinismo del evento, abre un enorme campo de posibilidades donde el procesamiento traumático del evento es solamente una posibilidad más. Otorgar el adjetivo traumático a un evento es conceder a un hecho que pertenece al orden de lo físico una calificación que pertenece al orden de lo psíquico. Desconocer los recursos humanos para procesar diversos tipos de acontecimientos conduce inevitablemente a una mirada limitada acerca de la relación que se establece entre evento y persona, dejando a la persona condenada a una única posibilidad de elaboración: el trauma. No desconocemos las posibilidades traumatogénicas de ciertos eventos como en el caso de la DANA, simplemente intentamos ampliar el horizonte poniendo el foco en los recursos potenciales que las personas poseen para hacer frente a eventos adversos.

Eventos Disruptivos

Podemos pensar los eventos como todo aquello que acontece en la realidad sin ser afectado por nuestros pensamientos, intenciones o mecanismos psíquicos. El evento por definición es algo que ocurre por fuera de la persona y sobre el cual la persona no tiene control. Ahora bien, no todos

los eventos son potencialmente disruptivos como, por ejemplo: observar en un entorno amable una rosa. ¿Cuándo será disruptivo un evento? A nuestro entender será disruptivo todo evento capaz de irrumpir en la vida de personas o comunidades con la potencialidad de alterar un estado previo de equilibrio psíquico y provocar una discontinuidad en el modo humano de elaborar y procesar contenidos mentales.

La etimología de la palabra es bastante esclarecedora en cuanto a su significado. Disruptivo proviene del latín *dirumpo* que significa **destronar, hacer pedazos, romper, destruir**, establecer discontinuidad. La etimología revela la naturaleza fundamental de estos eventos: no se trata simplemente de cambios graduales, sino de rupturas que fragmentan la continuidad de nuestra experiencia.

Dentro de la tipología habitual de estos eventos podemos incluir las siguientes categorías: **catástrofes naturales**, terremotos, tsunamis, huracanes, etc., que alteran el paisaje físico y social; **pandemias**, crisis sanitarias globales, que transforman comportamientos y estructuras sociales, como lo fue la pandemia del COVID; **nuevas tecnologías**, innovaciones que redefinen modos de comunicación, trabajo y relación, como la aparición del teléfono celular o, actualmente, la irrupción de la inteligencia artificial, y **situaciones sociopolíticas**, conflictos, revoluciones y cambios de régimen que alteran el orden establecido.

¿Qué tienen en común todos estos eventos? Comparten una serie de características que detallamos a continuación (Benyakar, 2016): **inesperado**, irrumpe sin previo aviso, desafiando nuestras expectativas y planificaciones; **interrumpen la normalidad**, quiebran los procesos habituales y rutinarios de nuestra existencia cotidiana; constituyen una **novedad radical**, estos eventos contienen elementos inéditos que no pueden ser asimilados fácilmente; **amenazan la integridad**, ponen en riesgo la seguridad física propia o de otros seres significativos y finalmente, y **distorsionan el hábitat**, destruyen o transforman drásticamente el entorno familiar y cotidiano.

Hasta aquí la definición y descripción del orden fáctico. Pero estos eventos impactan sobre seres humanos a los que afectan de una u otra manera. Tienen por lo tanto un carácter relacional que surge de esa inte-

racción evento-persona. Podemos hablar de un trípode cuyas patas serían el evento, la vivencia de la persona y, la experiencia que relaciona a su vez el evento con la persona (Benyakar, 2016).

El evento es, por lo tanto, la dimensión objetiva y verificable del acontecimiento, en el caso de la DANA la masa de agua, los destrozos, las muertes, etc. Es el suceso en sus diversos aspectos y matices físicos.

La vivencia, en cambio, hace referencia a la dimensión subjetiva, a lo que ocurre en el psiquismo de la persona como consecuencia del impacto de un estímulo proveniente del mundo exterior o del propio cuerpo. Es el modo de procesar único y, en cierto modo irreplicable, que posee la estructura psíquica personal. La vivencia es un constructor importante de la subjetividad y como fenómeno psíquico es inefable, no puede ser relatado. Sin embargo, en tanto modo personal de procesamiento psíquico puede ser pesquisado en el relato personal. Los terapeutas extraemos del discurso la modalidad personal de vivenciar como testimonio del contacto e interacción persona-mundo (Tafet, Feder y Battafarano, 2009).

Finalmente, la última pata del trípode es la experiencia. Esta última, constituye el momento articulador entre el evento factico y la vivencia. Establece la relación entre lo ocurrido y lo vivenciado y se expresa en los diversos relatos individuales que nos hablan de la manera en que cada uno ha integrado en su personal vivenciar el hecho físico que le ha tocado vivir.

Respuestas frente a un evento disruptivo

El evento disruptivo establece, como consecuencia de su propia naturaleza, de su radicalidad, un modo de interpelación especial. La o las personas que atraviesa/n este tipo de situaciones pasan por diversos estadios o momentos, a través de los cuales irán articulando sus respuestas.

Podemos afirmar que hay un primer momento del evento disruptivo, al que denominaremos el *impacto*. Coincide con la súbita ocurrencia de un acontecimiento que, como dijimos con anterioridad, es absolutamente inesperado, desordena el hábitat donde las personas viven, interrumpe

la normalidad con un toque profundamente amenazante. Es un momento de choque y desestabilización. Se produce la irrupción de un hecho no anticipado, imprevisto, que no ha dado lugar ni tiempo a ninguna preparación. Un evento catastrófico se instala sin invitación previa en la vida cotidiana de la gente.

El segundo momento es el que denominaremos de *crisis*. La ausencia de preparación para la contingencia puntual, la carencia inmediata de respuestas para afrontar la magnitud de lo inesperado genera en la persona que lo vive una profunda incertidumbre. Se produce una primera evaluación de lo ocurrido, se intenta medir lo acontecido, reconocer y cuantificar los recursos disponibles tanto materiales como personales. Hay una reorganización interna que se va instalando a medida que se toma conciencia de la necesidad de articular algún nivel de afrontamiento frente a lo ocurrido.

El tercer momento es aquel en el que luego del shock inicial y de una inicial evaluación y reorganización interna, el individuo comienza, ahora sí, a desplegar sus *respuestas*. Es el momento del primer afrontamiento genuino de la situación y de sus consecuencias. Un evento de carácter disruptivo genera al comienzo respuestas vinculadas con lo que se conoce como estrés agudo. El estrés agudo es una experiencia que desregula el vivenciar, pero que no necesariamente lo va a desarticular. El estrés condiciona inicialmente dos tipos de respuestas de afrontamiento: pasiva o activa. La pasiva está claramente reflejada en lo que en inglés se conoce como *las tres f*: freeze, faint o fly, es decir la persona se congela, se desmaya o paraliza, o huye.

El afrontamiento activo se construye a partir de conductas que intentan responder a las demandas inmediatas del hecho disruptivo (Tafet y Ortiz Alonso, 2025). Implican un posicionamiento protagónico de la persona frente a las circunstancias que le toca vivir. Aunque no siempre exitosas, estas conductas revelan que la elaboración personal se ha puesto en marcha.

Los tres momentos previamente descriptos reflejan lo que podríamos englobar como reacciones de corto plazo. Estas reacciones están definidas por el vínculo inmediato que se establece entre el evento y la

persona que lo vive. Predomina el impacto, la inmediatez, la búsqueda interna de recursos y las primeras reacciones. Lo determinante no es la reflexión y el aprendizaje sino la búsqueda de alguna salida, el volver a respirar luego de una ola que arrasó todo.

Una vez atravesado este momento comienzan a elaborarse las respuestas de largo plazo. Y es justamente en esta etapa donde el evento disruptivo puede o no ejercer su efecto traumatogénico dependiendo de la elaboración que la persona haga.

Habíamos expresado con anterioridad que la primera reacción temporal que el evento disruptivo genera es una respuesta de estrés agudo, necesaria para afrontar el evento. Si a medida que el tiempo transcurre la persona queda atrapada en el estrés, éste pasa de agudo a crónico. Se instala la desesperanza, la ansiedad, la depresión, la futilidad. No se produce aprendizaje sino frustración permanente, lamentación, victimización con todas las consecuencias psicofísicas que esto implica. Si se produce este tipo de elaboración personal, el evento adquirirá un carácter traumatogénico, no porque lo posea en sí mismo sino por la manera personal en que el psiquismo elabora lo vivido. Pero esta no es la única posibilidad humana. Es por esta razón que utilizamos el término disruptivo y no el término traumático. Un evento disruptivo puede a largo plazo generar respuestas de aprendizaje y fortalecimiento, es decir, puede actualizar el potencial resiliente que todo individuo tiene.

La resiliencia es un término tomado de la física y hace referencia a la posibilidad que toda persona tiene potencialmente de vivir una situación adversa y salir fortalecido. Como queda bien especificado en la definición es una potencialidad, que podrá o no devenir en acto dependiendo de las respuestas personales. La resiliencia no consiste en una mera respuesta adaptativa, no es el desarrollo de conductas homeostáticas. Se trata de un aprendizaje, de una construcción novedosa nacida de la dificultad, del reconocimiento de los propios límites que facilitan el despliegue de capacidades (Battafarano, 2017) que amplían el horizonte de posibilidades. Su potencialidad nace de la antropología frankleana que entiende a la persona humana como lo heredado, lo heredado y aprendido y lo decidido (Acevedo y Battafarano, 2003). Es una búsqueda consciente de desarrollo con sentido. Viktor Frankl nos mostró con absoluta claridad la importancia

de la búsqueda de sentido como principal motivación humana (Frankl, 1977). La búsqueda de sentido se efectúa recorriendo alguno de estos tres caminos (Pareja, 1998): **realizando una acción**, encontramos sentido a través de nuestras obras, creaciones y contribuciones al mundo, cada acción significativa nos conecta con algo más grande que nosotros mismos; **sintiendo por algo o por alguien**, el amor, la belleza y las experiencias profundas nos revelan dimensiones del sentido, conectar auténticamente con otros o con la naturaleza despierta nuestra humanidad, y **a través del sufrimiento**, incluso en el dolor inevitable, podemos elegir nuestra actitud, esta elección consciente transforma la experiencia en crecimiento y sabiduría.

Esta búsqueda de sentido se traduce en los tres valores fundamentales que nos transmite Viktor Frankl en correspondencia con los caminos señalados: **valores de creación**, aportamos al mundo, se realizan a través del trabajo significativo, la creatividad y las transformaciones positivas que aportamos, cada contribución, por pequeña que sea, enriquece la experiencia humana colectiva; **valores de experiencia**, es lo que recibimos del mundo, nacen de nuestra capacidad de apreciar la belleza, experimentar el amor auténtico y absorber las lecciones que la vida nos ofrece, la contemplación y el asombro nutren el alma, y **valores de actitud**, se manifiestan en cómo respondemos a situaciones irreversibles, la muerte, el dolor y la culpa, nuestra actitud puede convertir el sufrimiento en crecimiento espiritual.

La búsqueda de sentido es un pilar fundamental de la resiliencia, casi podríamos decir que la resiliencia y el aprendizaje que conlleva se apoyan en la búsqueda de sentido (Acevedo y Battafarano, 2008). El sentido es un soporte del cambio. La resiliencia no es resistencia. La resistencia consiste en mantener la posición sin cambio, como una roca que permanece inmóvil ante la tormenta. Es la capacidad de no ceder, pero puede llevar a la rigidez.

Por el contrario, la resiliencia implica flexibilidad adaptativa que permite crecer a través de las adversidades, como el bambú que se dobla sin quebrarse y encuentra nuevas formas de florecer. La resiliencia hace un aporte a la construcción de una esperanza realista, tan importante cuando hablamos de eventos disruptivos, porque, sin negar los problemas, centra

la atención en las fuerzas y potencial humano que se pueden acrecentar. La esperanza real no es una vía de escape, sino que descubre un potencial valioso existente pero escondido. Este potencial está en los espacios de crecimiento: familia, amigos, sociedades, países.

La esperanza auténtica se construye sobre el reconocimiento honesto de nuestras fortalezas latentes y las posibilidades de transformación que existen en cada relación y comunidad. Como bien señala la logoterapia de Viktor Frankl el espacio de crecimiento se encuentra en la distancia que hay entre el estímulo y nuestra respuesta. Y es en ese espacio donde pueden germinar las fortalezas, donde el determinismo pierde la batalla de lo definido al ignorar las potencialidades humanas. Cuando profundizamos el concepto de resiliencia descubrimos que posee un motor y dos pilares.

El motor es, sin dudas, la búsqueda de sentido, la motivación fundamental de la conducta humana que promueve crecimiento, aprendizaje y actualiza los recursos personales, que brinda un fundamento en la búsqueda de felicidad (Frankl, 1987).

Por otra parte, la resiliencia se apoya en dos tipos de pilares: un pilar personal y otro comunitario. La dimensión personal de la resiliencia incluye una autoestima sólida que reconozca los recursos personales, pero también los límites, que visualice capacidades pero que no se proyecte en una absurda omnipotencia. La resiliencia se sostiene y profundiza en el desarrollo de actitudes y destrezas creativas y en las conductas éticas que expresan un compromiso existencial con auténticos valores. También la resiliencia en la dimensión personal se consolida a través de ciertos recursos psicoespirituales como la autotrascendencia y el autodistanciamiento. La autotrascendencia es la capacidad de ver más allá de sí mismo, de la propia realidad, es ir al encuentro con algo o alguien más allá de uno mismo. El autodistanciamiento consiste en tomar distancia de lo que acontece por dentro o fuera de uno mismo para lograr a través de la puesta de distancia, una perspectiva más completa que permita respuestas más ajustadas frente a lo que acontece.

El pilar comunitario está representado por todos aquellos aprendizajes, estrategias y decisiones que la comunidad toma para su fortalecimiento luego de la vivencia de una situación adversa.

En general, se traduce en una mayor conciencia colectiva que promueva un sentimiento de pertenencia, que estimule la presencia en la comunidad de conductas solidarias y éticas. Las asociaciones vecinales, las organizaciones sociales sin fines de lucro, que nacen luego de la experiencia de un evento disruptivo, reflejan las capacidades aprendidas por una comunidad, unida y fortalecida por la incorporación de aprendizajes resilientes. Otra manera de comprobar esa dimensión resiliente comunitaria es a través del surgimiento de líderes sanos, comprometidos con su comunidad, que realicen una administración eficiente y honesta de los recursos públicos.

Conclusiones

Los eventos disruptivos sacuden los cimientos personales y comunitarios como consecuencia de su inesperada y arrasadora presencia en la vida de individuos y comunidades. La calificación de traumático no depende del evento en sí, que es un hecho del orden físico, sino de la elaboración que del mismo hace el sujeto, que es un proceso del orden psíquico. Es por esta razón, que preferimos hablar de eventos disruptivos escapando a la dinámica determinista que implica denominarlos precipitadamente como traumáticos.

Luego de un primer momento de impacto y de reacciones inmediatas se van instalando las respuestas de largo plazo. Estas últimas pueden conducir al estrés crónico y de ese modo ser traumáticas o, pueden fortalecer a las personas y a las comunidades y en ese caso hablamos de resiliencia. La posibilidad de actualizar las capacidades resilientes se apoya en la concepción antropológica y la búsqueda de sentido, siguiendo los postulados de la logoterapia de Viktor Frankl.

La resiliencia implica el despliegue de recursos, aprendizajes y capacidades luego de la experiencia de un evento disruptivo. La posibilidad de desarrollo de conductas resilientes frente a la experiencia de la adversidad enseña que la dimensión humana no está restringida a efectos rígidos, siguiendo una lógica causa-efecto, sino que depende de las decisiones que el ser humano tome frente a las circunstancias vividas.

Mauricio Nicolás BATTAFARANO es médico, diploma de honor de la Universidad de Buenos Aires, doctor en medicina y cirugía., máster en psico-neuro-inmuno-endocrinología, especialista en psiquiatría, psicología clínica y neurocirugía, profesor universitario. International Distinguished Fellow de la American Psychiatry Association. Autor de libros y publicaciones nacionales e internacionales. Miembro fundador del Centro Viktor Frankl para la Difusión de la Logoterapia (Buenos Aires).

Referencias

Acevedo, G., y Battafarano, M. (2003). *Desde Víctor Frankl. Hacia un enfoque transdisciplinario del enfermar humano*. Buenos Aires: Fundación Argentina de Logoterapia.

Acevedo, G., y Battafarano, M. (2008): *Conciencia & Resiliencia*. Buenos Aires: Centro Viktor Frankl.

Battafarano, M. (2017). *Psicopatología de lo accesorio*. Buenos Aires: Akadia.

Benyakar, M. (2016). *Lo disruptivo y lo traumático Vicisitudes de un abordaje clínico*. San Luis (Ar): Nueva Editorial Universitaria.

Frankl, V. (1977). *La presencia ignorada de Dios*. Barcelona: Herder.

Frankl, V. (1987). *El Hombre doliente*. Barcelona: Herder.

Pareja, G. (1998). *Viktor E. Frankl*. México DC: Coyoacán.

Tafet, G., Battafarano, M., y Feder, D. (2009). Fundamentos neurobiológicos de la psicoterapia. *Acta Psiquiát. Psicol. Am. Lat.*, 55(4): 217-219

Tafet, G., y Ortiz Alonso, T. (2025). Learned Helplessness and learned controllability: from neurobiology to cognitive, emotional and behavioral neurosciences. *Front. Psychiatry* 16:1600165. doi: 10.3389/fpsy.2025.1600165