

DECÁLOGO ANTI-POLARIZACIÓN

• Por **GASTÓN AÍN Y BAUTISTA LOGIOCO**

Especialistas en Diálogo, trabajaron en prevención y transformación de conflictos tanto en la OEA como en la ONU.

Publicado en Revista Turbulencias

<https://revistaturbulencias.com/decalogo-anti-polarizacion/>

La dinámica polarizadora refuerza estereotipos y corroe el tejido social. Los autores plantean diez claves para intentar evitar el derrotero de la polarización social y restituir diálogos nutritivos a todo nivel.



La polarización es un proceso psicosocial cuyo impacto personal y colectivo aún debe evaluarse con detenimiento. La dinámica polarizadora refuerza estereotipos y sesgos de atribución hostil, fracturando el tejido social, y genera condiciones óptimas para la simplificación absoluta de temas que, por lo general, son complejos y multidimensionales. Como tal, atenta directamente contra la vida dialogante a nivel familiar, en grupos de amigos, en la esfera comunitaria o entre la sociedad y el Estado.

El voltaje de los intercambios y los agravios que se acumulan en contextos polarizados generan tensión y sufrimiento en familias, entre amigos, en espacios educativos, laborales y religiosos. La polarización mental es una precondition para la polarización del comportamiento, y por ende para la existencia de diversas violencias (física, verbal, psicológica, género, xenofóbica, racista y otras).

El *ser polarizado* va perdiendo autonomía y se transforma lentamente en una antena transmisora de las narrativas y los discursos de los polos. En escenarios polarizados, los puntos medios dejan de ser *interesantes* y se invisibilizan gracias a la estridencia de los polos. Las lentes críticas, pero constructivas para analizar problemáticas complejas, que hacen a la vida en sociedad, pasan a un

segundo plano, siendo reemplazadas por las anteojeras de los extremos. La polarización alimenta el fanatismo y este, a su vez, nutre a la polarización. Las **sociedades se resquebrajan y gradualmente van perdiendo el apetito por el diálogo y el intercambio de opiniones y pareceres.**

Lamentablemente, los algoritmos que utilizan las redes sociales para moldear gustos y conductas profundizan el efecto burbuja, invisibilizando las visiones, ideas y opiniones que no se ajusten a la realidad creada a medida del usuario.

¿Será posible contrarrestar los incontables episodios de intolerancia, estigmatización, simplificación y descalificación del otro inherentes a la polarización de nuestros días? ¿Y si de a poco pudiéramos ir ampliando círculos concéntricos en donde rigen otras reglas de juego? ¿Y si comenzáramos a poner en práctica algunas actitudes y comportamientos para evitar o minimizar sus efectos? ¿Y si en algún momento pudiéramos inmunizarnos contra ella? ¿Y si empezamos por la mesa del domingo?

Lo que siguen son diez *claves* para intentar evitar el derrotero de la polarización social, así como su impacto en nuestras relaciones más cercanas, para recuperar la capacidad de conversar sobre todos los temas con todas las personas.

1. Resistir la presión para opinar y *definirse* en temas que están siendo abordados y tratados de manera dicotómica y en los que predominan posiciones mutuamente excluyentes. Si tienes una posición no la escondas, pero si quieres averiguar más o simplemente ese día, en ese momento, no quieres o no sabes qué opinar, resiste las fuerzas gravitacionales polares que buscan que todos opinen, invisibilizando las posiciones intermedias. En contextos cargados, la inercia polarizadora es reproducida por los medios –el conflicto confrontativo vende–, por nosotros –buscamos tener razón en el marco de lógicas *nosotros/ellos* que crean y mantienen los mismos polos para su propia supervivencia–, incluso por diversas instituciones, que promuevan determinadas interpretaciones de temas específicos.

No opinar sobre un tema no significa no conversar, no indagar y no aprender si aparece información nueva. En otras palabras, no opinar sobre algo no implica cerrarse a conversar sino proponer otra dinámica de diálogo, una dinámica que ayude a nutrir nuestras relaciones, construir ciudadanía y prevenir el debilitamiento del tejido social (1).

2. Reemplazar las plataformas de redes sociales por contacto directo para conversaciones que te importan. Los *muros* de redes sociales tienen el potencial de convertirse en las arenas romanas de la actualidad. También el anonimato que permiten algunas redes sociales hace que ciertas *normas de convivencia* en espacios virtuales no siempre se respeten, y se recurra a la agresión, la descalificación y la violencia con mayor facilidad que en un encuentro cara a cara. A esto se suma que, muchas veces, la dinámica de comunicación de las redes sociales sea más bien unilateral, es decir, no busca el intercambio, sino exponer (¿o imponer?) una posición o visión propia. El riesgo radica en confundir comunicar con dialogar. Todo esto se da en un contexto sociocultural en el cual la dinámica confrontativa está enraizada como *default* de la manera en que nos relacionamos. Lo vemos en liderazgos políticos, en ejercicio de ciertos periodismos, en la industria del entretenimiento, y se alimenta en la mesa del domingo o en el grupo de WhatsApp de los amigos. Esto genera un círculo vicioso que presenta más oportunidades para erosionar al diálogo que para fortalecerlo. Parecería prudente evitar las plataformas sociales para tener conversaciones sensibles o sobre temas que nos importan mucho (2). Si realmente tenemos interés en esas conversaciones, volvamos a las raíces, al café o la cerveza de por medio, al llamado telefónico, o en el contexto de distanciamiento social, a la videollamada.

3. Comprometerse a un cambio mínimo. Asume un compromiso previo de que, mínimamente, algo cambie o se transforme en ti durante el intercambio que vas a tener. Este cambio puede ser en la lectura del problema, la información nueva que incorporas o simplemente en un leve matiz que surge como producto de este encuentro. Si dos o más personas intuyen que luego de estar conversando un tiempo sobre un tema van a salir pensando exactamente lo mismo de ese asunto, que antes de entrar en la conversación, el intercambio pierde relevancia y se reducen los incentivos para futuros encuentros. Si somos conscientes de ese compromiso previo, es posible identificar qué fue lo que me *aportó* el intercambio con la otra persona al final de esa conversación. Quien no sale transformado de un diálogo, evidentemente no estaba dialogando.

El universo que nos ofrece el almuerzo del domingo con familiares y amistades, frecuentemente refleja, a nivel micro, las dinámicas sociales imperantes. Como tal, la mesa del domingo atraviesa un momento histórico para avanzar en ese compromiso de transformación. Hoy ya no es sólo la *voz autorizada* del jefe de familia la que le pone el tono a la conversación. Las mujeres y los jóvenes participan y lideran de manera mucho más activa los diálogos en las familias. A esto se suma que los teléfonos son una fuente de información inmediata en la palma de la mano. Como resultado, la diversidad de visiones en la mesa del domingo, hoy, hace que esas conversaciones tengan un gran potencial enriquecedor y transformador. Para eso necesitamos también fortalecer nuestras capacidades para dialogar entre diversas generaciones que compartimos un mismo espacio.

4. Preservar la dimensión relacional. Cuando conversamos con familiares o amistades, muchas veces, entramos en una dinámica en la que buscamos *ganar*. Lo que no nos queda claro es quién queremos ganarle y por qué premio estamos compitiendo. Las conversaciones con familiares o amistades no son un partido de fútbol en el cual *nosotros* buscamos hacer más goles a *ellos*. Los espacios de encuentro, incluida la mesa del domingo, tampoco son un cuadrilátero de boxeo oral. Esto se suma al hecho en que en contextos polarizados, los ataques personales se vuelven moneda corriente, inclusive contra alguien que decide no tomar partido por una de las visiones extremas (4).

Frecuentemente, la alternativa implica evitar conversaciones sobre temas importantes para nosotros o para los otros que puedan generar diferencias. Esta alternativa, sin embargo, no mide el costo de no conversar con nuestras familias y amistades sobre temas o problemáticas que creemos relevantes para transformar positivamente la realidad en que vivimos. Uno de esos costos es el gradual desconocimiento de las personas con quienes elijo no conversar, lo cual no permite vivir esas relaciones de manera completa, al margen de las diferencias de opinión. En ese sentido, en la medida en que las conversaciones relevantes no se abordan, con el tiempo ese desconocimiento puede convertirse en distanciamiento. John Paul Lederach, reconocido practicante e intelectual en el campo de la construcción de paz y el cambio social, sostiene que en escenarios de división y conflicto recurrente, finalmente los individuos no serán recordados por lo que dijeron o prometieron, ni tampoco por los productos o resultados que obtuvieron, sino por la calidad de las relaciones que alimentaron y crearon, y por ende, por el tipo de presencia que tuvieron (5).

5. Comenzar con temas menos complejos. Si somos conscientes que nos enfrentamos a un contexto cargado y además de polarización, fenómenos como las noticias falsas y la postverdad minan las posibilidades de tener puntos de anclaje cognitivo común ¿por qué vamos a poder abordar constructivamente temas que son muy polémicos y sobre los que siempre existieron posiciones muy encontradas? En estos casos, quizás sea más prudente una estrategia de escala, comenzando por conversaciones e intercambios sobre temas un poco menos controversiales. Si en la mesa del domingo logramos intercambiar opiniones sobre un tema en el que disentimos con cierto éxito y sin ofendernos, es importante rescatar lo que funcionó, alimentando esa memoria y permitiendo que se convierta en una hoja de ruta para próximos intercambios.

6. Visibilizar posiciones y expresiones menos resistidas en las audiencias de cada uno de los polos. En general, los medios de comunicación ponen el foco en los actores con visiones más extremas, generando así una retroalimentación de modelos mentales y prejuicios que ya existen. Resulta más constructivo referenciar y mostrar, incluso en charlas personales con amistades y familiares, a quienes sostienen posiciones más digeribles para el polo opuesto. Este tipo de ejercicio puede colaborar a una oscilación hacia el centro del tablero. Aunque es trabajoso y demora, resulta esencial para generar polinización de pensares y sentires en un escenario dominado por visiones en compartimientos estancos.

7. Evitar las simplificaciones. El cerebro humano actúa y procesa la información de manera particular en contextos polarizados. En general, los seres humanos buscamos reducir la tensión que este tipo de contextos generan con nuestro entorno próximo y esto se materializa a través de la búsqueda de coherencia. Lamentablemente, la coherencia muchas veces, llega de la mano de una simplificación burda. El rol subconsciente de la simplificación es crear un escenario binario en donde nos vemos tomando una posición lógica y correcta desde nuestro propio punto de vista moral, ideológico, religioso o desde su cosmovisión. La simplificación se entrelaza con un sesgo de autobeneficio en el que las personas o grupos no dudan que la posición adoptada es la *correcta*. Por ello es urgente naturalizar la complejidad de las narrativas, los análisis, y, así visibilizar aspectos escondidos o no percibidos desde una visión extrema. Debemos tomar un asunto y buscarle la mayor cantidad de ángulos posibles, perspectivas, casos de otros contextos, ejemplos, testimonios, y casos de política pública en que un tema fue abordado de diferentes maneras (6).

8. Evitar el recurso a argumentos de tipo técnico, citas y estudios científicos como la única herramienta para superar la polarización. Existe evidencia neurológica sobre el funcionamiento particular del cerebro en contextos *cargados*. En este sentido, la polarización pareciera inmunizar contra el conocimiento científico, entonces a) cuando utilizamos esta información reforzamos nuestro sesgo a partir de los datos *científicos* que nosotros mismo procuramos, o b) aumentamos nuestra frustración creyendo que la evidencia científica puede destrabar una situación con información técnica o comparada para la que encontramos nula permeabilidad del otro lado. Esto se debe, con frecuencia, a que en contextos polarizados, la confianza entre quienes disienten está, como mínimo, erosionada cuando no destruida.

Para abordar la polarización, entonces, resulta más útil entender qué hay detrás del raciocinio de la otra persona –preocupaciones, temores, intereses– antes que tener razón a partir de evidencia técnica o científica. Esto último podría servir en una competencia de saberes con un jurado imparcial que al final de ambas exposiciones dicta su veredicto. Pero, ¿de qué sirve tener evidencia que favorezca un parecer si en el proceso alejé aún más a un socio estratégico para una iniciativa relevante, que además tiene capacidad de bloqueo a una resolución? ¿De qué sirve tener la razón si la desconfianza mutua que generan entornos polarizados no permite accionar sobre el tema de fondo? Es imposible construir lazos familiares, vínculos de amistad y, obviamente, ligaduras democráticas, de manera individual, aislados del resto.

9. Elegir el momento. La activación emocional que produce la polarización es muy alta y los vínculos entre frustración y agresión están probados. El desplazamiento juega un papel central de manera que si ese día de mañana recibimos una mala noticia o percibo que estamos mal predispuestos, disminuyen las probabilidades de tener una conversación constructiva y respetuosa. Las condiciones externas, incluida la temperatura, el consumo o no de alcohol, el ruido de fondo, entre otros, influyen enormemente como factores socioambientales en el desarrollo de los intercambios. Por ello, si percibimos ese malestar, es conveniente tomar la opción consciente de no tener la conversación en ese momento y dejarla para una ocasión de mayor y mejor predisposición a participar activamente de un intercambio dialógico con otra persona.

10. Asumir la responsabilidad histórica. La polarización es un fenómeno cuasi global. Evitar ser arrastrado por ella y al mismo tiempo rescatar el diálogo, al parecer agonizante, implica que tomemos una decisión consciente ante cada conversación relevante que iniciamos. Resulta crítico comenzar por transformar la manera en la cual entramos a las conversaciones sobre temas que nos importan, con nuestras familias, amistades y vecinos. Para eso debemos romper un formato que parece tener una lógica de debate político –esperamos que termine de hablar el interlocutor y, sin perder un segundo, comenzamos a repetir los argumentos que ya teníamos preidentificados–. Pero debatir no es dialogar. En los debates no aparece información nueva, mientras que, por lo general, en los diálogos, eso sí sucede (7). Es recomendable eliminar la chicana, abstenernos de recurrir a ejemplos absurdos para ilustrar un punto de vista, **y escuchar, escuchar mucho y escuchar activamente.** [T]

DISCLAIMER: Las opiniones expresadas en el texto precedente pertenecen exclusivamente a los autores y no representan el punto de vista de ninguna organización o institución.

REFERENCIAS:

1. El catedrático del MIT Otto Scharmer pone de relieve la importancia de suspender la voz de nuestros juicios en su reconocida teoría de la U para la transformación social. Ver “Iluminando el Punto Ciego de nuestro Tiempo” La Teoría U: Ser líder desde el futuro a medida que éste emerge. <https://www.ottoscharmer.com/>
2. Más información sobre el impacto de las redes en las personas y las relaciones en *Ten Arguments for Deleting Your Social Media Accounts Right Now*. Jaron Lanier. Henry Holt and Company. New York, 2018. Y en *La Mente Ansiosa*, Judson Brewer, Paidós. 2018.
3. El reconocido diplomático Americano Harold Sounders define el diálogo sostenido como el “Proceso de interacción genuina a través del cual los seres humanos escuchan al otro de manera suficientemente profunda como para que cambien a raíz de lo que aprenden. Cada uno de ellos hace un serio esfuerzo para considerar las preocupaciones de los demás en su propia perspectiva, aun cuando persista el desacuerdo”.
4. Brubaker, David, *When the Center Does Not Hold: Leading in an Age of Polarization*, Fortress Press, Minneapolis, 2019.
5. John Paul Lederach, Conferencia Magistral en ocasión de recibir el prestigioso premio Gittler otorgado por la Universidad de Brandeis, Estados Unidos. 30 de Octubre 2019. <https://www.brandeis.edu/gittlerprize/videos/lederach.html>
6. Síntesis de tendencias en Amanda Ripley, *Complicating the Narratives*. July 27,2018, <https://www.amandaripley.com/blog/complicating-the-narratives>
7. Para más detalles sobre las diferencias entre Debate y Diálogo ver *Guía Práctica de Diálogo Democrático*– Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo- Organización de Estados Americanos- 2013. Disponible online.