

# Abordar la polarización social

*En un taller con profesionales diversos de atención a la comunidad de los tres barrios de Zona Norte, en Barcelona (marzo 2025), identifican aquellos temas que más perciben que polarizan y tensionan el barrio. La inmigración, la falta de vivienda (que genera ocupaciones ilegales), y el género (machismo versus feminismo).*

## 1. ¿Cuándo aplicar esta herramienta?

Esta herramienta es útil cuando nos preocupa el avance de la polarización en el contexto donde trabajamos. Busca reducir una polarización excesiva y recuperar la cohesión social enfocándonos en identificar qué roles influyen en el fenómeno, escoger con cual queremos trabajar y en cual nos queremos centrar.

## 2. ¿En qué consiste?

La polarización es un proceso social mediante el cual las personas se alinean en base a dos grupos sociales claramente diferenciados y a menudo antagonistas.

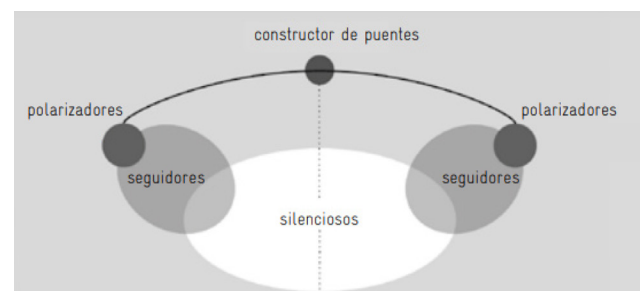
La polarización, como el conflicto, no se considera un fenómeno necesariamente destructivo. Un cierto grado de polarización es natural y permite evidenciar diferencias y problemáticas en un sistema sociopolítico, cosa que permite tomar conciencia de ellas y abordarlas.

Sin embargo, una polarización muy grande entre polos suele conllevar efectos negativos

a nivel social (amplificación de prejuicios y de sesgos cognitivos, mayores miedos, exacerbación de las dinámicas de “nosotros” -los buenos- y “ellos” -los malos-, fragmentación del tejido social, etc.) y a nivel político (dificultad de acuerdos, desmotivación respecto a las estructuras políticas, etc.). En este caso se suele hablar de **polarización perniciosa**.

Tal y como queda recogido en la Figura 1, en una situación de polarización contenida, existen los siguientes roles (Brandsma, 2020):

**Figura 1. Roles en una situación de polarización moderada**



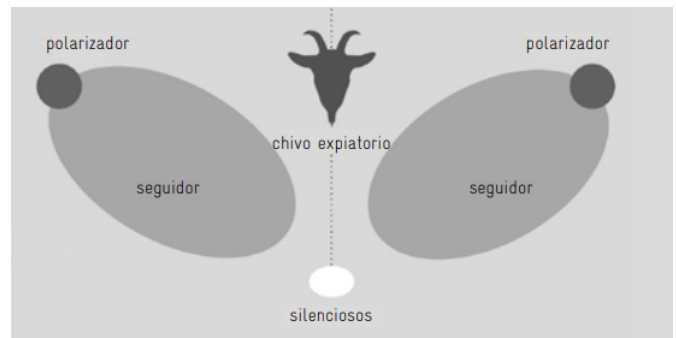
Fuente: Brandsma, 2020, p. 43.

- Los roles **polarizadores** (*pushers*, en inglés) son asumidos por aquellos actores que tienen más interés en que exista una situación polarizada, y por ello empujan a la opinión pública hacia los extremos y explotan agravios que hayan podido recibir su propio grupo. A menudo son voces públicas. Suelen ejercer presión sobre los actores silenciosos para que tomen posición.
- **Seguidores:** Sin tener un interés tan marcado como los polarizadores, los seguidores dan apoyo a los polarizadores, uniéndose a menudo a sus campañas. En general, tienen posiciones más matizadas que los polarizadores, pero en alguna ocasión, al contrario, pueden presionar a los polarizadores para que sigan empujando para la polarización.
- **Silenciosos:** Son aquellas personas que no se posicionan ante tal polarización. Puede ser debido a su profesión (“profesional neutral”, cómo médicos, cuerpo docente, funcionarios de la administración, cuerpos de seguridad, etc.) porque, por mandato, tienen que servir a todas las personas por igual; debido a su decisión personal (su posicionamiento consciente de no querer posicionarse ante tal polarización); o debido a su indiferencia (o porque priorizan otros temas).
- **Constructor de puentes:** es aquel actor o grupo de actores que toman la palabra para intentar tender puentes entre los polarizadores. Para el autor, la mayoría de constructores de puentes lo hacen de forma pública, y eso les puede convertir en chivos expiatorios, porque son atacados por polarizadores y seguidores de ambos bandos que no quieren que se despolarice (por ello, como veremos más adelante, una de sus propuestas es ser constructor de puentes desde una posición más invisible, entre las comunidades).

En una situación poco polarizada existe una cierta intersección entre actores (ver Figura 1), y por tanto, existe espacio para el diálogo. En una situación muy polarizada, sin embargo (ver Figura 2), los espacios de intersección se reducen, en parte porque muchos silenciosos han acabado posicionándose con un bando u otro, engrosando las filas de los seguidores. El discurso de los polarizadores es más extremo y alejado del discurso del otro. Difícilmente

se escuchan, no hay margen ni para el debate. Los constructores de puentes se convierten en chivos expiatorios, personas o grupos que reciben críticas por todos lados, por el hecho de expresar públicamente afirmaciones que intentan conciliar los polos y buscar el diálogo.

**Figura 2. Roles en una situación de polarización perniciosa**



Fuente: Brandsma, 2020, p. 43.

Reconocer en qué situación se encuentra un contexto es útil para saber qué tipo de medidas tomar. Si existe una polarización moderada (Figura 1), tal vez no sea urgente tomar medidas muy drásticas (pero si es aconsejable promover la **provención**). Pero si se estima que hay una situación de polarización perniciosa, entonces sería necesario tomar medidas. El trabajador social neerlandés Bart Brandsma identifica 4 estrategias para despolarizar, que denomina los 4 factores de cambio, con el objetivo de recuperar la cohesión social. Estos factores son:

- Cambiar el grupo a quien dirigimos nuestra intervención
- Cambiar nuestra propia posición (rol)
- Cambiar el tema en el que decidimos enfocarnos
- Cambiar el tono (comunicación)

- **Cambiar el grupo a quien nos dirigimos:** Pretender incidir en la polarización actuando sobre los polarizadores puede requerir mucho esfuerzo para pocos resultados. Estos actores tienen interés en una polarización elevada, dado que su posición depende de un alto grado de polarización. Por ello, serán los actores menos interesados en despolarizar. La propuesta entonces es “cambiar el grupo objetivo” donde

incidir, dejar de centrarse en los actores más visibles, los polarizadores, y dirigir los esfuerzos a incidir en el sector de personas silenciosas para empoderarlas.

Para reforzar al sector de personas silenciosas, hay que hacer, primero, un trabajo exhaustivo para **identificar** a aquellas personas que estén genuinamente en el medio, y que no tengan intereses en la polarización (en ocasiones, líderes comunitarios, personas religiosas, etc. que son influyentes en la comunidad). Éstas pueden estar posicionadas, pero es importante priorizar dos criterios: a) su compromiso firme con el centro y con la cohesión social (ver más arriba los diferentes perfiles de las personas silenciosas) y b) que no tengan intereses personales en la polarización.

En segundo lugar, es útil **articular** a estas personas, para que sean conscientes de que no están solas y se empoderen en su rol silencioso. Esta articulación puede ser informal, con encuentros regulares entre estas personas, que compartan sus visiones sobre la convivencia en el barrio/vereda, etc.

A continuación, estas personas pueden decidir si quieren **tomar medidas específicas o no**, ya sea para establecer redes de vinculación invisibles, para hacer oír su voz no posicionada públicamente, etc.

En los Países Bajos, ante problemas de convivencia en la ciudad de Utrecht, la Policía dinamizó encuentros de personas “silenciosas”, no posicionadas, después de un trabajo de identificación. Éstas se reunían mensualmente para comer juntas (articular) y para debatir sobre la situación de la convivencia o de la polarización en sus barrios. Sin más objetivo inicial que el de compartir información e identificar posibles situaciones de tensión para poder abordarlas y prevenir crisis violentas. (Brandsma, 2020, p. 83-84)

Después de que, en el 2011, el grupo armado independentista vasco ETA anunciara que dejaba las armas, numerosas organizaciones de paz lanzaron iniciativas para reconciliar, o cuanto menos despolarizar, a sectores de la población vasca. Mientras algunos lo impulsaban a nivel político (p.e. en espacios de diálogo políticos, en cada

municipio, con representantes de todas las fuerzas políticas con representación en el pueblo), muchos otros se centraron en encuentros ciudadanos, a partir de medios artísticos, gastronómicos, escucha de testimonios de víctimas de varios bandos en escuelas y espacios públicos, etc.

- **Cambiar nuestra propia posición (rol):** Una polarización fuerte entorno a un tema le otorga mucha visibilidad, hace que sea un tema muy presente, sensible e irracional. Estas características contribuyen al riesgo de que nos convirtamos en cabeza de turco si intentamos intervenir en una situación de polarización de forma pública. Cuando una organización quiere despolarizar, no puede ser, ni tan solo ser percibida, como actor polarizador o seguidor, también debe evitar posicionarse públicamente. Para reconstruir puentes en una sociedad muy polarizada, es importante desligarse del espacio más visible e implicarse desde un espacio más discreto, a veces incluso secreto.

Por eso, para cambiar la posición, es recomendable colocarse en un rol menos visible, evitar posicionarse públicamente a favor o en contra de acciones o discursos de unos y otros actores polarizadores. Y priorizar, en cambio, actuar desde una posición central y alejada del foco público.

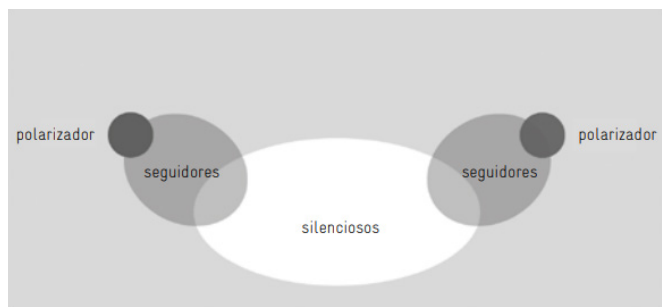
Entre los y las profesionales de Zona Norte, reconociéndose con roles de liderazgo en el barrio, emerge el debate sobre qué acciones implican posicionarse: **¿ir a la manifestación del 8 de marzo en el barrio es posicionarse en un tema polarizador como es el feminismo?** Para unas sí, pues el vecindario les ve allá y les posiciona; otras lo viven como “voy a observar para saber del barrio”; para otras es importante estar para marcar límites (“me posiciono conscientemente haciéndome visible en la manifestación para lanzar el mensaje al vecindario de que la violencia machista es intolerable”).

Sacamos algunas conclusiones:

- » Si nada de lo que hacemos y decimos es neutral, toca medir constantemente qué rol es más estratégico en cada situación en función del encargo profesional y el bienestar de todo el barrio.

- » Emerge, a nivel comunitario, un clásico dilema de la construcción de paz: denunciar la violencia (defensores de Derechos Humanos) versus construir espacios de diálogo entre todas las partes, también las que ejerce violencia (constructores de paz). Cada cual tiene que escoger en qué parte decide situarse.
- » Hay distintos roles profesionales, quizás no todas deben actuar igual (en función de su mandato profesional), por eso es aún más importante jugar con los distintos roles profesionales de forma articulada, trabajando en red, con el objetivo común de cuidar de las personas y de la convivencia en el territorio.
- » Su opinión personal no debe condicionar su posición como profesionales, a pesar de la incomodidad personal, debe priorizarse el mandato profesional.

**Figura 3. Identificación de actores silenciosos para despolarizar**



Fuente: Brandsma, 2020, p. 37.

- **Cambiar el tema en el que ponemos la atención:** Los actores que se benefician de la polarización tienen interés en mantener temas polarizadores en el discurso público. Estos temas a menudo están fuertemente vinculados con su identidad, con lo que generan emociones y respuestas viscerales.

Para salirse de estos discursos polarizadores, no es recomendable intentar acercar posiciones entre personas polarizadoras a través de un diálogo en que los actores comparten sus visiones sobre un hecho que les separa (ya sea un diálogo informal en el discurso público -redes sociales o medios de comunicación- o un diálogo estructurado entre las partes). Al contrario, en contextos de polarización excesiva

es recomendable identificar y abordar temas que remiten a necesidades e intereses comunes.

Al preguntar al grupo de profesionales comunitarios de Zona Norte (Barcelona) cómo podrían cambiar los temas polarizadores en sus intervenciones con vecindario, proponen:

. Delante del discurso "las personas migrantes generan inseguridad".

. Centrar su discurso, no en la inmigración sino en reflexionar sobre el concepto de seguridad.

. Delante del discurso contra las personas sin hogar "los ocupas son incívicos y conflictivos".

. Centrar su discurso en como luchar contra la precarización, la vivienda digna y abordar la salud mental en el barrio.

. Delante la competencia por el uso del espacio público de la plaza entre jóvenes, ancianos, familias con niños y niñas, etc.

. Salir de los discursos identitarios y orientar al debate sobre los distintos usos de la plaza.

La organización colombiana **Mutante**, promueve conversaciones a través de redes sociales (Instagram, Twitter y Facebook) de temas controvertidos. Se define como una "alternativa independiente para hacerle frente a la polarización, las noticias falsas, las tiranías del clic y las 'agendas públicas' fabricadas por intereses privados". Entre los temas de discusión que promueve, destacan el género, los derechos humanos, el medio ambiente y la salud mental. Aunque algunos de estos temas son más identitarios que otros, alguno (en especial la salud mental) es bien transversal y de interés común.

- **Cambiar el tono (comunicación):** Uno de los efectos de la polarización es que se sustenta en un relato de buenos y malos y activador de emociones, buscando mayores adeptos al propio grupo y cayendo en discursos moralizadores sobre quién hace las cosas bien y quién no. La principal estrategia para cambiar el tono es apartar el juicio y mostrar curiosidad para entender a las partes, así como centrar su comunicación en la escucha de las partes, manteniendo la calma y haciendo buenas preguntas (ver ficha 2. **Centrarse en las necesidades: la comunicación no violenta**).

En una entrevista con personal responsable de dinamizar el plan de acción comunitaria de Zona Norte (Barcelona), a las que tocaba lidiar con un conflicto enquistado con personas líderes de entidades del territorio, expresan haber notado un cambio en la relación y la evolución del conflicto al incorporar la comunicación no violenta como herramienta de intervención. Desde entonces no han dejado de usarla porqué la consideran un recurso imprescindible.

### 3. Recursos adicionales

- Brandsma, B. (2020). *Polarización. Una mirada a la dinámica de pensamiento «nosotros versus ellos»* (Barcelona). [https://www.icip.cat/wp-content/uploads/2021/01/EINES26\\_PDF\\_CAST.pdf](https://www.icip.cat/wp-content/uploads/2021/01/EINES26_PDF_CAST.pdf)

### 4. Herramienta

Para aplicar esta herramienta, que busca facilitar algunos de los factores de cambio – cambiar el actor y cambiar la posición– es útil seguir los siguientes pasos, preferiblemente con la participación de personas con visiones distintas:

1. Para empezar, acotando el contexto. Es necesario **clarificar sobre qué polarización se va a trabajar**, ya que en algunos contextos las divisiones (*cleavages*) se superponen, pero en otros no. Un ejemplo de ese segundo caso es que en un contexto haya una polarización izquierda-derecha y otra polarización entre personas a favor o en contra de la implantación de una industria en la comunidad, y que las personas que participan en estos polos no se correspondan. Por ello lo primero es identificar cuál es la polarización más relevante o influyente para el caso que se quiere abordar.  
→ Polarización sobre la que incidir:
2. Para aplicar el factor de cambio de “cambiar el actor” hay que identificar cuáles son los **actores polarizadores, seguidores y silenciosos** del contexto en el que queremos trabajar. ¿Cuál es el rol mayoritario? ¿Existen intersecciones aún?

¿Quién está y dónde?

- Haced vuestro propio esquema de actores (siguiendo el esquema de la figura 2 o 3) representando gráficamente el tamaño de cada rol y las intersecciones entre roles correspondiendo a lo que observéis en el contexto analizado (paso 1).
  - Identificad los actores implicados en el proceso y colocadlos donde consideréis que están respecto al gráfico (paso 2).
  - Poned especial atención en los identificados como “silenciosos” y haced lluvia de ideas sobre de qué formas reforzar su rol y generar articulación entre ellos y con los “seguidores” más próximos (paso 3).
3. Para aplicar el factor de cambio de “cambiar de posición”, **valorad en qué espacio del gráfico os posicionáis como personas, colectivo u organización**. Es importante tener en cuenta que, siempre que se respete la dignidad de las personas, todas las posiciones son lícitas, pero que cuando una persona o colectivo está teniendo un rol posicionado (polarizador o seguidor), no tiene el rol adecuado para fomentar la despolarización. Valorad entonces si vuestra posición pública es adecuada o no para el tipo de función (activista o despolarizadora) que queréis cumplir en la comunidad.  
→ Reflexionad sobre las posibilidades y consecuencias de situaros en diferentes roles. ¿Dónde os colocaríais? ¿Cómo personas o cómo colectivo u organización? ¿Todos vais a colocaros en el mismo espacio?  
→ Situaros gráficamente en el esquema.  
→ Diseñad, desde los espacios donde os habéis ubicado, qué estrategias vais a usar y con que actores.

Ficha pedagógica inspirada en: Barbeito, C; Ara, O; Caireta, M (2022) *Guía de Cultura de Paz con enfoque psicosocial. Principios básicos a considerar para las agencias y entidades de cooperación en contextos de construcción de paz*. León: Zaragoza con Leon (Nicaragua).