



FUNDACJA
IM. STEFANA BATOREGO



forumIdei

Polskie podziały: polaryzacja

Michał Grzębowski

„Jesteśmy strasznie podzieleni” – to zdanie pada dziś w Polsce chyba częściej niż jakiegokolwiek inne, gdy mowa o stanie kraju. Słyszymy je od polityków tłumaczących swoje porażki, od komentatorów opisujących każdą kolejną aferę, od znajomych unikających tematu polityki przy rodzinnym obiedzie. W tym cyklu przyglądaliśmy się już konkretnym liniom podziału w Polsce – klasowej oraz płciowej. Tym razem bierzemy na warsztat samo słowo, jakim najczęściej opisuje się je wszystkie zebrane razem, a które używane bez rozróżnień robi się właściwie puste: polaryzację.

Polskie podziały to cykl publikacji opisujących to, co łączy i co różnicuje polskie społeczeństwo. Na podstawie najnowszych badań społecznych analizujemy wymiary i uwarunkowania polaryzacji, stratyfikacji oraz konfliktów społecznych, ale też czynniki sprzyjające solidarności, współpracy, wyrównywaniu szans i przełamywaniu wzajemnej nieufności.

Problem w tym, że „polaryzacja” w ustach różnych ludzi oznacza różne rzeczy i rzadko kto to precyzuje. Nawet politolodzy nie mają tu jednej wspólnej definicji. Dla niektórych to po prostu fakt, że ludzie mają różne poglądy – co samo w sobie jest normalne, wręcz stanowi istotę demokracji. Dla innych to coś głębszego: sytuacja, kiedy te różnice stają się trwałe, a znalezienie kompromisu jest coraz trudniejsze.

Autorzy niedawno opublikowanego, pierwszego tak kompleksowego badania tego zjawiska w Polsce – raportu *Stan polaryzacji 2026* – proponują, żeby nie mówić o polaryzacji jako o jednym spójnym zjawisku, tylko o trzech jej rodzajach.

Pierwszy: na ile Polacy faktycznie różnią się zdaniem w konkretnych sprawach, takich jak aborcja, podatki czy stosunek do Rosji? To polaryzacja ideologiczna. Drugi: jak bardzo nie lubimy ludzi, którzy mają inne zdanie niż my? To polaryzacja afektywna. Trzeci: na ile wydaje nam się, że żyjemy w głęboko podzielonym kraju, bez względu na to, jak jest naprawdę? To polaryzacja odczuwana.

W maju 2026 roku autorzy raportu przebadali 2040 dorosłych Polek i Polaków¹, by odpowiedzieć na te pytania. Każdy z trzech wymiarów mierzono osobnym wskaźnikiem, więc same liczby nie są ze sobą wprost porównywalne, ale autorzy opisują je wspólną skalą słowną: niska, umiarkowana lub silna polaryzacja. Polaryzacja ideologiczna wypada umiarkowanie, a polaryzacja afektywna oraz odczuwana są silnie doznawane².

W konkretnych sprawach Polacy wcale nie stoją po dwóch stronach barykady tak często, jak można by sądzić, ale gdy trzeba ocenić kogoś, kto myśli inaczej – sympatia zamienia się w chłód, a czasem w wyraźną niechęć. Kiedy zapytać wprost, czy Polska jest krajem głęboko podzielonym, większość odpowiada, że tak, nawet jeśli dana osoba, we własnych poglądach, wcale nie okazuje się tak radykalna. Krótko mówiąc: różnimy się mniej, niż nam się wydaje, ale nie lubimy się bardziej, niż wynikałoby z tych różnic.

Skąd bierze się polaryzacja afektywna?

Skoro Polacy różnią się w poglądach mniej, niż mogłoby się wydawać, to skąd bierze się silna niechęć do osób myślących inaczej? Nauki społeczne wskazują na kilka mechanizmów, które działają równoległe, nie wykluczając się nawzajem.

Pierwszy mechanizm dotyczy tego, kto właściwie tę niechęć produkuje. Nauki społeczne coraz częściej dowodzą, że nie rodzi się ona sama z siebie w głowach obywateli, tylko jest w dużej mierze indukowana z zewnątrz³. Politykom łatwiej zbudować przekaz na obrazie wroga niż na rozbudowanym, merytorycznym programie, a rosnąca polaryzacja wśród samych elit politycznych i mediów przekłada się bezpośrednio na to, jak silnie podzielone czuje się społeczeństwo, nawet jeśli realne różnice poglądów wcale aż tak nie rosną.

Drugi mechanizm dotyczy platform cyfrowych, w szczególności tak zwanych mediów społecznościowych, które coraz więcej ekspertek i ekspertów proponuje nazywać „mediami antyspołecznościowymi”. W 2025 roku bardzo istotnego dowodu na rolę samych platform cyfrowych dostarczył eksperyment opublikowany na łamach amerykańskiego czasopisma naukowego „Science”. Przez siedem dni, za pomocą niezależnego narzędzia, badacze przesuwali niżej w kanałach użytkowników X posty wyrażające partyjną wrogość i postawy antydemokratyczne, niczego przy tym nie usuwając. Efekt okazał się mierzalny: stosunek użytkowników do przeciwnej partii politycznej poprawił się o dwa punkty na stupunktowej skali⁴. Innymi słowy, to nie jest tak, że internet po prostu odzwierciedla już istniejącą niechęć, tylko że sam sposób, w jaki algorytm dobiera kolejność treści, potrafi tę niechęć realnie zwiększać albo zmniejszać.

1 O. Białobrzeska i in., *Stan polaryzacji 2026*, Fundacja Nowej Wspólnoty i Uniwersytet SWPS, Warszawa 2026, <https://static1.squarespace.com/static/5ed802e4ce77fa27d4dd97a4/t/6a329d6ff80b953b4b86bd4f/1781701999736/Stan+Polaryzacji+2026.pdf> (dostęp w przypisach tu i dalej: 28 września 2026).

2 Tamże.

3 A.E. Wilson, V.A. Parker, M. Feinberg, *Polarization in the contemporary political and media landscape*, „Current Opinion in Behavioral Sciences” 2020, vol. 34.

4 T. Piccardi i in., *Reranking partisan animosity in algorithmic social media feeds alters affective polarization*, „Science” 2025, vol. 390, nr 6776.

Trzeci mechanizm działa już w samej głowie odbiorcy, nie na poziomie tego, kto co produkuje. Chodzi o emocje, choć nie każda z nich działa tu tak samo. Szwedzko-niemieckie badanie eksperymentalne z 2023 roku sprawdziło to bezpośrednio: badacze pokazywali uczestnikom symulowane treści medialne budzące poczucie zagrożenia i mierzyli, jak zmienia się ich stosunek do zwolenników innych partii⁵. Zagrożające treści wywoływały u badanych strach, niepokój i gniew, ale afektywna polaryzacja rosła wyłącznie wtedy, gdy reakcją emocjonalną był gniew. Sam strach czy niepokój, choćby silny, nie przekładał się na większą niechęć do przeciwników politycznych. To ważne rozróżnienie: nie każdy stres polityczny prowadzi do wrogości, tylko ten konkretny jego rodzaj, w którym poczucie zagrożenia przeradza się w złość, a złość, w przeciwieństwie do rozlanego niepokoju, potrzebuje adresata, i najbliższym, najbardziej namacalnym adresatem okazuje się „druga strona”.

Czwarty mechanizm dotyczy tego, jak zbudowane jest społeczeństwo, w którym żyjemy na co dzień. Polska to kraj wyjątkowo jednorodny etnicznie i religijnie na tle reszty Europy, co oznacza, że przeciętny Polak ma stosunkowo mało codziennych okazji do kontaktu z kimś naprawdę odmiennym od siebie. To akurat ważne, bo jeszcze w latach pięćdziesiątych Gordon Allport postawił hipotezę, że to właśnie regularny kontakt z ludźmi odmiennymi od nas zmniejsza uprzedzenia wobec nich – nie odwrotnie, jak można by intuicyjnie sądzić⁶. Wielka metaanaliza kilkuset badań z 2006 roku potwierdziła tę zależność jako jedną z najlepiej udokumentowanych w całej psychologii społecznej⁷. W kontekście polaryzacji politycznej działa to tak samo: duńskie badanie na blisko czterotysięcznej próbie wykazało, że osoby mające więcej znajomych po drugiej stronie sporu politycznego wykazują wyraźnie niższy poziom niechęci wobec przeciwników niż osoby żyjące w bardziej jednorodnych towarzysko bańkach⁸. Jeśli więc na co dzień mamy mniej wprawy w osvajaniu jakiegokolwiek inności, bo żyjemy w społeczeństwie stosunkowo mało zróżnicowanym, to ten sam deficyt wprawy przenosi się też na politykę: łatwiej o wrogość wobec „innego”, gdy inność ma akurat kolor partyjny, a nie etniczny czy religijny. Warto jednak dodać zastrzeżenie: efekt nie jest uniwersalny. Najnowsze badania pokazują, że u osób o już bardzo skrajnych poglądach ekspozycja na odmiennosć czasem działa odwrotnie, umacniając radykalizm, zamiast go łagodzić⁹.

Piąty mechanizm polega na tym, że wiek, wykształcenie, miejsce zamieszkania i religijność mogą się ze sobą krzyżować albo pokrywać, a rodzaj korelacji w danym społeczeństwie ma duże znaczenie. Jeśli wśród wyborców jednej partii można znaleźć ludzi z każdej grupy wiekowej, ze wszystkich poziomów wykształcenia i o różnym stosunku do religii, to te podziały wzajemnie się krzyżują i osłabiają. Jeśli natomiast wszystkie te cechy zaczynają układać się w tę samą linię, co sympatia partyjna, to przeciwnik polityczny przestaje być kimś, kto akurat inaczej ocenia jedną sprawę, a staje się reprezentantem całej odległej, obcej grupy. Dokładnie taki wzorzec potwierdza analiza polskiego elektoratu: klasa ludowa wyraźnie wspiera Prawo i Sprawiedliwość, klasa wyższa Koalicję Obywatelską, a te różnice klasowe są dodatkowo wzmacniane przez pokrywające się z nimi wykształcenie, wiek, miejsce zamieszkania i religijność, zamiast się wzajemnie równoważyć¹⁰. Badanie porównawcze obejmujące 119 wyborów

5 E.A. Renström, H. Bäck, R. Carroll, *Threats, Emotions, and Affective Polarization*, „Political Psychology” 2023, vol. 44, nr 6, s. 1337–1366.

6 G.W. Allport, *The Nature of Prejudice*, Cambridge, Mass. 1954.

7 T.F. Pettigrew, L.R. Tropp, *A Meta-Analytic Test of Intergroup Contact Theory*, „Journal of Personality and Social Psychology” 2006, vol. 90, nr 5.

8 J.P.F. Thomsen, A.H. Thomsen, *Intergroup contact reduces affective polarization but not among strong party identifiers*, „Scandinavian Political Studies” 2023, vol. 46, nr 4, s. 241–263.

9 P.A. Djupe i in., *The Failure of the Contact Hypothesis. Exposure to Religious Diversity Conditions Apocalyptic Politics*, „Social Science Quarterly” 2025, vol. 106, nr 6.

10 M. Cześniak, O. Szczupska, *Głosowanie klasowe w wyborach parlamentarnych 2023 roku w Polsce*, „Studia Socjologiczne” 2025, nr 1 (256), s. 29–58.

w 40 krajach potwierdza, że to nie polska specyfika, tylko uniwersalna zależność: im silniej podziały partyjne pokrywają się z podziałami społecznymi, tym mocniejsza okazuje się niechęć do przeciwników politycznych¹¹. To nowoczesne potwierdzenie znacznie starszej intuicji z socjologii polityki: jeszcze w latach sześćdziesiątych Seymour Lipset zauważył, że krzyżujące się linie podziału łagodzą napięcia społeczne, bo nikt nie jest wyłącznie po jednej stronie wszystkich sporów naraz¹². Gdy te linie się pokrywają, każdy spór staje się tym samym sporem, a przeciwnik w jednej sprawie – automatycznie przeciwnikiem we wszystkich pozostałych.

Tych pięć mechanizmów nie jest ze sobą sprzecznych, raczej się uzupełniają. Ktoś, kto żyje w bańce mediów społecznościowych premiujących gniew, doświadcza politycznego zagrożenia przeradzającego się w złość, ma mało kontaktu z ludźmi myślącymi inaczej, a na dodatek funkcjonuje w społeczeństwie, w którym wszystkie podziały układają się w tę samą linię, ma po prostu więcej niż jeden powód, żeby nie lubić „drugiej strony”.

Dlaczego myślimy, że różnimy się bardziej, niż różnimy się naprawdę?

Pierwsza hipoteza prowadzi do samego sposobu, w jaki umysł przetwarza informacje o grupach, do których nie należymy, i mówi właściwie o trzech osobnych błędach naraz. Pierwszy to myślenie kategoriami, a nie w odniesieniu do konkretnych ludzi: zamiast wyobrazić sobie znajomą osobę o innych poglądach, przywołujemy w głowie uogólniony, wymaginowany obraz „typowego” przeciwnika, a taki obraz zawsze wypada bardziej skrajnie niż przeciętny, prawdziwy człowiek. Drugi to zakładanie, że każdy zwolennik danej partii popiera jej najbardziej radykalny postulat, choć w rzeczywistości poglądy wewnątrz każdego obozu są dużo bardziej zróżnicowane. Trzeci to emocjonalne wzmacnianie różnic, przez które nawet drobna rozbieżność zdań zaczyna wyglądać jak przepaść nie do pokonania. Do tego dochodzi coś, co psychologowie nazywają naiwnym realizmem: głębokie przekonanie, że nasze własne poglądy są po prostu racjonalną, obiektywną oceną rzeczywistości, więc ktoś, kto myśli inaczej, musi być albo źle poinformowany, albo działa w złej wierze¹³. To nie jest zjawisko specyficznie amerykańskie, mimo że większość badań nad nim powstała w Stanach Zjednoczonych. Międzynarodowa replikacja obejmująca 10 tys. osób w 26 krajach potwierdziła, że błędne wyobrażenia o „drugiej stronie” pojawiają się w bardzo różnych kontekstach kulturowych i politycznych¹⁴.

Druga hipoteza nie dotyczy tego, co dzieje się w głowie, tylko tego, co w ogóle do tej głowy dociera, i wraca do tej samej pracy, która w poprzednim rozdziale tłumaczyła, skąd bierze się niechęć do przeciwników¹⁵. Ten sam mechanizm, w którym media i platformy premią treści najbardziej skrajne i kontrastowe, tam napędzał afekt, a tutaj wzmacnia coś innego: zniekształcony obraz tego, jak bardzo w ogóle różnimy się poglądami. Skoro na co dzień widzimy głównie skrajne wypowiedzi z drugiej strony sporu, to budujemy sobie na ich podstawie obraz „przeciętnego” przeciwnika, i trudno się dziwić, że wydaje się on bardziej radykalny, niż jest naprawdę.

11 E. Hartevel, *Ticking all the boxes? A comparative study of social sorting and affective polarization*, „Electoral Studies” 2021, vol. 72.

12 S.M. Lipset, *Political Man. The Social Bases of Politics*, Garden City, N.Y. 1960.

13 P.M. Fernbach, L. Van Boven, *False polarization: Cognitive mechanisms and potential solutions*, „Current Opinion in Psychology” 2021.

14 K. Ruggeri i in., *The general fault in our fault lines*, „Nature Human Behaviour” 2021, nr 5, s. 1369–1380.

15 A.E. Wilson, V.A. Parker, M. Feinberg, *Polarization in the contemporary political and media landscape*, dz. cyt.

Trzecia hipoteza tłumaczy, dlaczego ten błąd nie rozkłada się po równo. Reprezentatywne badanie przeprowadzone w Stanach Zjednoczonych wykazało, że ludzie myślą się co do poglądów przeciwnej strony wyraźnie bardziej, niż myślą się co do własnej¹⁶. Dokładnie ten sam wzorec widać w danych z raportu *Stan polaryzacji 2026*, od którego zaczęliśmy ten tekst: gdy respondentów zapytano, kto przyczynia się do skłócenia społeczeństwa, ponad cztery na dziesięć osób wskazało ogół polityków, ale winą obarczano niemal wyłącznie polityków partii, których się nie popiera, a nie własnych¹⁷. To ta sama asymetria, tylko zmierzona nad Wisłą, nie za oceanem.

Te trzy hipotezy działają razem, nie osobno. Słyszymy głównie najbardziej skrajne głosy drugiej strony, sprowadzamy je do uproszczonej kategorii „typowego” przeciwnika i konsekwentnie mylimy się co do niego bardziej, niż mylilibyśmy się wobec kogoś z własnego obozu. W efekcie powstaje obraz kraju podzielonego głębiej, niż jest naprawdę, mimo że każdy z tych kroków z osobna wydaje się drobnym, niewinnym skrótem myślowym.

Dlaczego różnica między polaryzacją ideologiczną a afektywną i odczuwaną jest tak duża?

Skoro w konkretnych sprawach różnimy się tylko umiarkowanie, a mimo to bardzo się nie lubimy i silnie czujemy, że żyjemy w podzielonym kraju, to coś musi tę przepaść napędzać z dwóch różnych stron naraz.

Pierwsze wyjaśnienie dotyczy tego, co dzieje się z tematem, kiedy ten trafia do głównego nurtu polityki. Wiek emerytalny czy ustawa wiatrakowa pokazują, że gdy sprawa staje się częścią tożsamości partyjnej, ocena przestaje wynikać z jej treści, a zaczyna brać się z tego, po której stronie ktoś już stoi. Amerykańscy politolodzy Christopher Achen i Larry Bartels pokazali to na ogromnym materiale empirycznym: wyborcy, nawet dobrze poinformowani, wybierają partie na podstawie tożsamości i lojalności, nie stanowisk w konkretnych sprawach, a swoje poglądy i ocenę faktów dopasowują wstecz, aby pasowały do tej lojalności¹⁸. W Polsce ten mechanizm widać ostatnio niemal w czasie rzeczywistym. Badanie *More in Common* z 2025 roku wykazało 64-procentowe poparcie dla rozwoju energetyki wiatrowej, przekraczające podziały polityczne¹⁹. Gdy jednak temat spotkał się z prezydenckim wetem, spór natychmiast przybrał kształt partyjny. To samo powtórzyło się kilka miesięcy później z unijnym programem SAFE: dozbrajanie armii było od lat jednym z niewielu tematów zgody ponad podziałami, a mimo to konkretna ustawa wdrażająca ten program rozpadła się dokładnie po linii: koalicja rządząca kontra PiS i Konfederacja. W obu przypadkach temat sam w sobie się nie zmienił. Zmieniło się tylko to, że ktoś przypiął mu partyjną metkę.

Drugie wyjaśnienie działa z przeciwnej strony. Tam, gdzie interesy różnych grup są naprawdę, ostro sprzeczne, temat często w ogóle nie trafia do głównego nurtu polityki, bo żadna duża partia nie chce brać na siebie kosztów jego otwarcia. Można wskazać kilka takich osi w Polsce. Pierwsza to brak fundamentalnej debaty o progresywności podatków od 1989 roku, mimo że interesy klasy ludowej i wyższej są tu wyraźnie rozbieżne. Druga to nigdy poważnie niepodważony model rozwoju regionalnego, zapoczątkowany reformą administracyjną z 1999 roku, która skoncentrowała rozwój wokół wielkich

16 D.J. Ahler, G. Sood, *The Parties in Our Heads: Misperceptions About Party Composition and Their Consequences*, „The Journal of Politics” 2018, vol. 80, nr 3, s. 964–981.

17 O. Białobrzęska i in., *Stan polaryzacji 2026*, dz. cyt.

18 C.H. Achen, L.M. Bartels, *Democracy for Realists. Why Elections Do Not Produce Responsive Government*, Princeton, NJ 2016.

19 *Wiatraki ponad podziałami. Postrzeganie lądowej energetyki wiatrowej*, *More in Common Polska 2025*, <https://www.moreincommon.pl/nasze-projekty/wiatraki-ponad-podzialami-spoeczne-postrzeganie-ladowej-energetyki-wiatrowej-w-polsce>.

metropolii kosztem miast średniej wielkości²⁰. Trzecia to napięcie pokoleniowe: ponad 10 mln emerytów ma inne potrzeby i odmienny stosunek do państwa niż osoby wciąż pracujące, a rosnąca dysproporcja liczebna między pokoleniami nigdy nie stała się przedmiotem poważnej debaty o tym, jak dzielić ograniczone zasoby między grupy o odmiennych, konkurencyjnych interesach. Czwarta to zupełnie inny podział, tym razem wzdłuż płci: nierówny wiek emerytalny, ostatnie tego typu rozwiązanie w Unii Europejskiej. Mężczyźni pracują dłużej, a krócej korzystają z emerytury, bo mniej czasu żyją w zdrowiu, kobiety przechodzą na emeryturę wcześniej, ale dostają z niej systematycznie mniej. Obie strony miałyby więc powód domagać się zmiany, a mimo to temat pozostaje politycznie nietykalny. Cztery różne osie, ten sam wzorec: konflikty nie znikają dlatego, że są ignorowane. One po prostu nie mają gdzie się rozegrać w ramach oficjalnej polityki.

Można postawić tezę łączącą obie hipotezy: skoro realne, dotkliwe konflikty interesów nie znajdują ujścia w polityce, to frustracja z nimi związana nie znika, tylko przenosi się na tematy, które akurat są dostępne do kłótni – te same, w których, jak pokazaliśmy wcześniej, różnice poglądów pozostają w gruncie rzeczy umiarkowane. To dawałoby dobre wytłumaczenie, dlaczego akurat w tych sprawach afekt i poczucie podziału są nieproporcjonalnie silne względem tego, jak właściwie niewiele w nich dzieli.

Czy polaryzacja jest zawsze zła?

Dotąd traktowaliśmy silną polaryzację afektywną i odczuwaną jako coś, czego raczej nie chcemy, a umiarkowaną polaryzację ideologiczną jako coś, z czym można żyć. Ale to zbyt duże uproszczenie. Każdy z trzech wymiarów, jakie zdefiniowaliśmy na początku tego tekstu, ma odmienne efekty negatywne i pozytywne, a żaden z nich nie działa według prostej zasady „im mniej, tym lepiej”.

Polaryzacja ideologiczna okazuje się mniej zależna od samego poziomu różnic, a bardziej od tego, jakiego rodzaju są to różnice. Politolodzy od dawna rozróżniają spory, które mają rozwiązanie kompromisowe, od tych, które go nie mają. Spór ekonomiczny – o wysokość podatków, o podział dóbr – można w teorii rozstrzygnąć gdzieś pośrodku, bo obie strony operują na tej samej skali, tylko w różnych miejscach. Spór kulturowy czy tożsamościowy nie ma takiego środka: nie da się być pół na pół za aborcją i przeciw niej w sposób satysfakcjonujący obie strony. Erozja klasycznego sporu ekonomicznego na rzecz sporu tożsamościowego jest więc dla polityki bardziej niszcząca niż sam poziom różnic, bo zamienia dającą się rozstrzygnąć debatę w sytuację zero-jedynkową²¹. Co więcej, sama niska polaryzacja ideologiczna też nie jest gwarancją zdrowia. Węgry pokazują społeczeństwo skrajnie zgodne wokół konsensusu w sprawie migracji: brak sporu okazuje się tam nie oznaką dojrzałości demokratycznej, tylko jej stłumieniem.

Polaryzacja afektywna zachowuje się jak krzywa, nie jak prosta zależność. Przy wysokim poziomie mechanizm szkodliwości jest dość dobrze zrozumiany: politycy nie chcą iść na kompromis z tymi, których wyborcy uważają za przeciwników, co prowadzi do legislacyjnego klinczu i stopniowej erozji nieformalnych norm wzajemnej tolerancji, na których opiera się demokracja konstytucyjna²². Najnowsze badania sugerują jednak, że zależność między poziomem afektu a przywiązaniem do demokracji nie jest liniowa. Umiarkowany poziom polaryzacji afektywnej wiąże się z wyższym przywiązaniem do

20 P. Śleszyński, *Polska średnich miast. Założenia i koncepcja aglomeracji w Polsce*, Warszawa 2018, p. -sxxleszynxxski---polska-sxxrednich-miast.-zalozxxenia-i-koncepcja-deglomeracji-w-polsce1.pdf; K. Wałachowski, *Poza największymi. Studium o byłych stolicach województw*, Kraków 2025.

21 S.M. Lipset, *Political Man*, dz. cyt.

22 S. Levitsky, D. Ziblatt, *How Democracies Die*, New York 2018.

demokracji niż poziom bardzo niski: to swego rodzaju punkt równowagi, kiedy stawka polityczna staje się wystarczająco odczuwalna, aby ludziom zależało na jej obronie²³. Ta zależność jednak sama nie jest uniwersalna: w kraju już osuwającym się w autorytaryzm ten punkt równowagi znika, a zależność robi się po prostu liniowo szkodliwa, bez żadnego bezpiecznego poziomu²⁴.

Polaryzacja odczuwana wydaje się z tej trójki najbliższa jednoznacznie złej. Pokazaliśmy już koszty złudnego przekonania o głębokim podziale: stres, unikanie rozmów, samocenzurę, atomizację. Nawet sama polaryzacja odczuwana nie jest jednak pozbawiona wszystkich pozytywnych funkcji. Silne poczucie podziału bywa też paliwem dla obywatelskiego zaangażowania. Frekwencja w polskich wyborach parlamentarnych skoczyła z 61,74% w 2019 roku do rekordowych 74,38% w 2023, w samym szczycie najsilniejszej polaryzacji ostatnich lat, a badacze wprost łączą ten skok z rosnącą niechęcią między obozami politycznymi²⁵. Nie chodzi tylko o to, żeby wygrał „nasz” kandydat, ale też o to, żeby nie wygrał ten drugi, a to podejście motywuje niekiedy silniej niż samo poparcie dla własnej opcji.

Niezależnie jednak od tego, który typ i poziom polaryzacji akurat rozważamy, jest jeszcze jeden powód, aby nie życzyć sobie jej nadmiaru: praktyczny, nie teoretyczny. Jakub Wygnański, socjolog i uczestnik obrad Okrągłego Stołu, w tekście *Inny pomysł na demokrację* wylicza całą listę spraw, których rozstrzygnięcie w ogóle nie mieści się w jednym cyklu wyborczym, wśród nich ład medialny, czyli rolę i sens istnienia mediów publicznych, solidarność międzypokoleniową i wiek emerytalny, energetykę oraz kwestię suwerenności energetycznej Polski czy realną naprawę systemu sądownictwa²⁶. Do tej listy trzeba dziś dopisać coś jeszcze większego kalibru: pytanie o to, jak rozwijać się w świecie, w którym kryzys klimatyczny, rosnąca presja technologiczna Chin na Unię Europejską²⁷ i odchodzenie globalnej polityki od reguł na rzecz siły²⁸ przestały być osobnymi sprawami, a stały się jednym, splecionym problemem. Umowa handlowa Unii Europejskiej z krajami Mercosuru, podpisana w styczniu 2026 roku, dobrze pokazuje tę płataninę: przyspieszyła ją potrzeba zdywersyfikowania unijnego handlu w odpowiedzi na cła Donalda Trumpa, a spierano się o nią jednocześnie w kategoriach rolniczych, klimatycznych, bo dotyczy też wylesiania Amazonii, i geopolitycznych. To sprawa, w której już nie da się oddzielić polityki handlowej od klimatu, klimatu od bezpieczeństwa, a bezpieczeństwa od tego, kto komu zagraża cłami. Funkcjonujemy w czasach problemów tak splecionych ze sobą i tak szybko zmieniającego się otoczenia, że nawet zjednoczony kraj miałby z nimi trudności. Podzielony ma je z definicji większe.

Co robi się już dziś, żeby to zmienić?

Skoro już wiemy, skąd bierze się polaryzacja i kiedy bywa groźna, to naturalne pytanie brzmi, kto właściwie próbuje coś z tym zrobić. Odpowiedzi jest więcej, niż mogłoby się wydawać, choć rozrzucone są po bardzo różnych poziomach: od pojedynczej rozmowy dwojga sąsiadów po propozycje zmiany sposobu funkcjonowania parlamentu.

23 L. Janssen, E. Turkenburg, *Breaking free from linear assumptions*, „European Journal of Political Research” 2025, vol. 64, nr 3, s. 1465–1479.

24 S. Irmak, B. Söylemez-Karakoç, S.E. Aytaç, *When polarization meets backsliding: Affective polarization and support for undemocratic practices in Turkey*, „Mediterranean Politics” 2026, s. 1–26, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13629395.2026.2617259>.

25 A. Jaworska-Surma, współpraca E. Bedyk, S. Gutkowski, *Fenomen wyborczej mobilizacji. Przyczyny rekordowej frekwencji podczas wyborów parlamentarnych 2023*, Warszawa 2024, https://www.batory.org.pl/wp-content/uploads/2024/01/Fenomen_wyborczej_mobilizacji_RAPORT.pdf.

26 J. Wygnański, *Inny pomysł na demokrację*, Warszawa 2021.

27 Polska – Europa – Chiny: współpraca czy pułapka uzależnienia? Raport, Warszawa 2026, file:///C:/Users/ISS/Downloads/ZPP_Chiny_20260702_podglad_final-1.pdf.

28 M. Baranowski, *Między regułami a siłą. UE i PL w świecie geopolitycznych podziałów*, „Pomorski Thinkletter” 2026, nr 1 (24).

Na najniższym poziomie działają narzędzia budujące bezpośredni kontakt między ludźmi o różnych poglądach. Program Masz Głos, prowadzony od lat przez Fundację im. Stefana Batorego, angażuje mieszkańców w konkretne, lokalne sprawy, od zieleni miejskiej po infrastrukturę osiedlową. Metoda dialogu nansenowskiego, wywodząca się z norweskiego Nansen Center for Peace and Dialogue, wprowadza zasadę oczekiwania na swoją kolej, wymuszającą refleksję zamiast automatycznej riposty. Podobne dialogi prowadzi też Fundacja Nowej Wspólnoty. Warto jednak od razu zaznaczyć ograniczenie, które dotyczy wszystkich tego typu spotkań: badania nad podobnymi interwencjami pokazują barierę, którą można nazwać „efektem 14 dni”. Otwartość wywołana pojedynczym spotkaniem dialogowym wygasa po około dwóch tygodniach, w dużej mierze wskutek powrotu uczestników do codziennego środowiska mediów społecznościowych, które działa w zupełnie przeciwnym kierunku²⁹. To ważne zastrzeżenie, bo duża metaanaliza 77 interwencji dialogowych potwierdza je na szeroką skalę i wyciąga z tego wnioski, który w praktyce realizuje reszta tego rozdziału: skoro same rozmowy nie wystarczą, to warto szukać rozwiązań wyżej, na poziomie elit i struktur, nie tylko pojedynczych spotkań. Sama Fundacja Nowej Wspólnoty stara się odpowiedzieć na ten problem i w tym celu prowadzi treningi „dobrej rozmowy”, mające trwale podnosić kompetencje komunikacyjne uczestników, a nie tylko dawać im jednorazowe doświadczenie kontaktu z osobą inaczej myślącą.

Krok wyżej, na styku poziomu lokalnego i krajowego, działa mechanizm, który łączy te dwa światy, zamiast zostawiać je osobno. W 2022 roku Fundacja Stocznia zorganizowała w całej Polsce 45 lokalnych narad obywatelskich poświęconych kosztom energii, a ich wnioski posłużyły jako materiał wyjściowy dla pierwszego w kraju Ogólnopolskiego Panelu Obywatelskiego, podczas którego 100 losowo wybranych uczestników wypracowało rekomendacje przekazane potem osobom odpowiedzialnym za politykę energetyczną państwa³⁰. To dobry przykład tego, jak sprawa dotąd niespolityzowana, ubóstwo energetyczne, w gruncie rzeczy problem klasowy, może zyskać realną ścieżkę od pojedynczej rozmowy do rekomendacji dla władz krajowych.

Wyżej jeszcze, na poziomie w pełni instytucjonalnym, choć wciąż punktowym, działają panele obywatelskie jako metoda rozstrzygania spraw, które nie mają naturalnego środka do znalezienia, czyli tych, które wcześniej nazwaliśmy niekooperatywnymi. Najlepiej znanym przykładem pozostaje irlandzki panel obywatelski w sprawie aborcji, którego rekomendacje utorowały drogę do referendum z 2018 roku, zmieniającego konstytucyjny zakaz. Warunkiem sukcesu była tam bliska, konkretna data decyzji, nie abstrakcyjna dyskusja bez punktu dojścia.

Na samym szczycie tej drabiny, na poziomie systemowym i stałym, sytuacja jest najbardziej otwarta. Niemieckojęzyczna Wspólnota Belgii wprowadziła w 2019 roku model znany jako Ostbelgien: stałą Radę Obywatelską, wybierającą co roku tematy wymagające konsultacji, oraz towarzyszące jej Panele Obywatelskie pracujące nad konkretnymi rekomendacjami. Obie instytucje działają na stałe, obok parlamentu i rządu, nie jako jednorazowa akcja³¹. W Polsce nic podobnego jeszcze nie istnieje. Podobnie otwarta pozostaje sprawa regulacji samej przestrzeni medialnej i cyfrowej, traktowanej jako infrastruktura krytyczna, nie tylko rynek. Unia Europejska już dysponuje narzędziami w postaci *Aktu o usługach cyfrowych* i *Kodeksu postępowania w zakresie zwalczania dezinformacji*, opracowanymi głównie z myślą o przeciwdziałaniu dezinformacji, choć badacze wskazują, że te same mechanizmy

29 D.E. Holliday, Y. Lelkes, S.J. Westwood, *Why depolarization is hard: Evaluating attempts to decrease partisan animosity in America*, „Proceedings of the National Academy of Sciences” 2025, vol. 122, nr 39.

30 *Narada obywatelska o kosztach energii*, Fundacja Stocznia, 2022. Materiały towarzyszące projektowi są dostępne na stronie: <https://naradaoenergii.pl/>.

31 C. Niessen, M. Reuchamps, *Designing a permanent deliberative citizens assembly. The Ostbelgien Modell in Belgium*, „Working Paper Series of the Centre for Deliberative Democracy and Global Governance” 2019, nr 6.

odpowiadają też za samą logikę polaryzacyjną algorytmów, niezależnie od prawdziwości treści, jakie promują³². Media publiczne, jako instytucja z definicji działająca na innych zasadach niż to, co się najlepiej sprzedaje, mają teoretyczną możliwość świadomego kierowania debaty w stronę sporów kooperatywnych zamiast tożsamościowych oraz tematów dotąd niespolityzowanych, takich jak progresywność podatków, model rozwoju regionalnego czy nierówny wiek emerytalny. W Polsce jeszcze nikt nie zrobił z tego spójnej, świadomej strategii.

Wszystkie te narzędzia – od pojedynczej rozmowy po regulację całej mediasfery – mierzą się z tym samym, co pokazaliśmy na samym początku: nie z różnicami poglądów, bo te są umiarkowane, tylko z niechęcią oraz poczuciem podziału, które i tak okazują się silniejsze, niż wynikałoby z samej treści sporów.

Na koniec warto wspomnieć o czymś, co powstało z zupełnie innego powodu, a mimo to mogłoby – paradoksalnie – dotknąć akurat tego, co w tym tekście najtrudniej naprawić. W lipcu 2026 roku rząd powołał pełnomocniczkę do spraw promocji marki Polska. Barbara Mróz-Gorgoń zapowiadała, że „Polska zasługuje na jedną wspólną opowieść opartą na swoich sukcesach”. Podkreślała przy tym, że taka marka nie należy do żadnego rządu ani instytucji, tylko do milionów Polek i Polaków³³. Projekt ten nie powstał po to, żeby leczyć polaryzację odczuwaną, tylko aby budować wizerunek Polski na zewnątrz, wobec turystów, inwestorów i partnerów zagranicznych. Ale gdyby się udało, mógłby przy okazji, mimochodem, zrobić coś, czego żadne narzędzie z tego rozdziału nie potrafi zrobić wprost: dać Polkom i Polakom jedną wspólną opowieść o sobie samych, niezależną od tego, po której stronie sporu akurat ktoś stoi. Niestety, nie udało się doliczyć nawet trzech tygodni istnienia projektu. Pełnomocniczka złożyła dymisję już w sierpniu, po fali internetowego hejtu wokół wcześniejszego raportu firmowanego jej nazwiskiem – opracowanie to miało wątpliwą jakość merytoryczną, a w dodatku pojawiło się podejrzenie, iż w jego tworzeniu posłużono się sztuczną inteligencją. Sprawą zajęła się prokuratura po zawiadomieniach złożonych przez posłów opozycji. Próba zbudowania jednej wspólnej opowieści nie zjednoczyła nikogo. Przeciwnie: w rekordowym tempie stała się kolejnym polem tej samej wojny, którą miała łagodzić.

Michał Grzębowski – student studiów magisterskich zarządzanie i przywództwo na Uniwersytecie SWPS w Warszawie, gdzie obronił pracę licencjacką na kierunku życie publiczne. Przewodniczący Koła Naukowego Badań nad Życiem Publicznym SWPS. Odbił staże w Zespole Partycypacji Obywatelskiej Fundacji Stocznia oraz Warszawskim Laboratorium Innowacji Społecznych „Synergia”. Jego zainteresowania naukowe koncentrują się na instytucjach publicznych, przywództwie w sektorze publicznym oraz projektowaniu polityk publicznych.

32 *Akt o usługach cyfrowych (DSA Digital Services Act)*, Unia Europejska, 2022, <https://www.gov.pl/web/dyplomacja/akt-o-uslugach-cyfrowych-dsa-digital-services-act>; K. Chałubińska-Jentkiewicz i in., *Dezinformacja jako zagrożenie dla demokracji*, „Politeja” 2024, nr 21 (5).

33 Patrz m.in. *Czas na silną markę narodową! Prof. Barbara Mróz-Gorgoń mianowana Pełnomocniczką Rządu ds. promocji marki Polska*, KPRM, 29 lipca 2026, <https://www.gov.pl/web/premier/czas-na-silna-marke-narodowa-prof-barbara-mroz-gorgon-mianowana-pelnomocniczka-rzadu-ds-promocji-marki-polski>.

Fundacja im. Stefana Batorego

Sapieżyńska 10a
00-215 Warszawa
tel. (48-22) 536 02 00
fax (48-22) 536 02 20
batory@batory.org.pl
www.batory.org.pl

Teksty udostępniane na licencji
Creative Commons. Uznanie autorstwa
na tych samych warunkach
3.0 Polska (CC BY SA 3.0 PL)



Redakcja: Izabella Sariusz-Skąpska
Korekta: Joanna Liczner
Warszawa 2026
ISBN 978-83-68802-28-3