Zło jest banalne, dobro radykalne: lekcja dla wspólnoty

AUTOR

Fundacja Dobre Państwo

STRESZCZENIE / ABSTRACT

Artykuł stanowi pogłębioną analizę kryzysu zaufania społecznego w Polsce, zestawiając go z globalnymi procesami erozji demokracji. Autor wyjaśnia, że zaufanie nie jest ulotnym uczuciem, lecz racjonalną decyzją o podjęciu ryzyka, budowaną przez sprawczość doświadczalną. Tekst bada psychologiczne podłoże teorii spiskowych jako mechanizmu kompensacyjnej kontroli w obliczu chaosu. Przywołując myśl Hannah Arendt, autor przeciwstawia banalność nieufności koncepcji radykalnego dobra, które wymaga trwałych fundamentów instytucjonalnych i higieny pamięci. Kluczowym wnioskiem jest potrzeba systemowej edukacji odporności poznawczej, która pozwoli wspólnocie wyjść poza cyfrowe bańki filtrujące i destrukcyjną polaryzację, kładąc podwaliny pod nowoczesną współpracę.

This article provides an in-depth analysis of the crisis of social trust in Poland, juxtaposing it with the global processes of democratic erosion. The author explains that trust is not a fleeting feeling but a rational decision to take risks, built through experiential agency. The text explores the psychological underpinnings of conspiracy theories as a mechanism of compensatory control in the face of chaos. Evoking the thought of Hannah Arendt, the author contrasts the banality of distrust with the concept of radical good, which requires enduring institutional foundations and a hygiene of memory. The key conclusion is the need for systemic education in cognitive resilience, which will allow communities to transcend digital filter bubbles and destructive polarization, laying the foundations for modern collaboration.

Polskie społeczeństwo zmaga się z głęboką erozją zaufania, która dławi modernizację i czyni tkankę narodową podatną na destrukcyjne mechanizmy teorii spiskowych. Artykuł analizuje to zjawisko nie jako wynik braku inteligencji, lecz jako psychologiczną potrzebę kompensacyjnej kontroli w obliczu niepewności i niewydolnych instytucji.

Autorzy stawiają tezę, że kultura nieufności, podsycana przez medialne paniki moralne, algorytmiczne bańki informacyjne oraz sakralizację traumatycznej pamięci, tworzy zamknięty obieg lęku. Kluczem do wyjścia z tej „Krainy Spisków" nie jest naiwny optymizm, lecz mozolna budowa „architektury odporności". Obejmuje ona radykalną zmianę języka debaty, edukację w zakresie kompetencji poznawczych oraz instytucjonalizację dobra wspólnego, które w myśl koncepcji Hannah Arendt jest jedyną siłą zdolną do trwałej transformacji społecznej. Tekst przekonuje, że przejście od zrywu do procedury pozwala zastąpić paranoiczną logikę podejrzeń rzetelną praktyką obywatelską, czyniąc społeczeństwo odpornym na manipulacje i zdolnym do konstruktywnego działania mimo braku pełnej wiedzy o świecie.

SŁOWA KLUCZOWE

zaufanie społeczne | kompetencja poznawcza | erozja demokracji | bańka filtrująca | kompensacyjna kontrola | domknięcie poznawcze | edukacja odporności | radykalne dobro | mechanika nieufności | kapitał społeczny | panika moralna | higiena pamięci | systemowe fundamenty | sprawczość doświadczalna | redukcja kompleksowości

Mechanika nieufności: jak lęk kolonizuje polską wspólnotę

Czy istnieje jakikolwiek korektyw dla tej postępującej erozji, która trawi tkankę polskiego społeczeństwa? Aby odpowiedzieć na to pytanie, musimy precyzyjnie zlokalizować miejsce, w którym pęka ogniwo społecznego łańcucha, uniemożliwiając nam wspólny marsz. W klasycznej teorii społecznej dysponujemy trzema kluczowymi bezpiecznikami: zaufaniem, kompetencją poznawczą oraz sprawnymi instytucjami. Zaufanie, wbrew potocznym wyobrażeniom, nie jest ulotnym uczuciem, lecz racjonalną decyzją o podjęciu kontrolowanego ryzyka wobec drugiego człowieka. Budujemy je mozolnie poprzez sprawczość doświadczalną, czyli realne akty współpracy, które empirycznie dowodzą, że nasza wspólnota potrafi skutecznie działać w świecie. Kompetencja poznawcza z kolei zaczyna się od trudnej sztuki oswajania ambiwalencji, czyli akceptacji faktu, że niepewność jest naturalnym stanem rzeczywistości, a ostateczne domknięcie bywa jedynie złudzeniem. Instytucje natomiast muszą dążyć do minimalizowania arbitralności, która niczym

kwas kruszy fundamenty wiary w sens reguł, maksymalizując jednocześnie przewidywalność naszych wzajemnych interakcji.

W polskiej rzeczywistości te mechanizmy bywają aktywowane, czego najlepszym dowodem była spontaniczna i imponująca mobilizacja pomocy dla uchodźców z Ukrainy. Niemniej jednak to jednostkowe doświadczenie rzadko konwertuje się w trwałe nawyki instytucjonalne, pozostając raczej szlachetnym zrywem niż systemowym fundamentem. Profesor Janusz Czapiński konstatuje lapidarnie, że Polacy na tle Europy pozostają narodem skrajnie nieufnym, co wprost dławi procesy modernizacyjne. Warto bowiem pamiętać, że ekonomiczny kredyt, czyli credit, wyrasta z łacińskiego credere – wierzyć. Bez tej elementarnej wiary w rzetelność partnera każda próba budowy nowoczesnego państwa przypomina stawianie gmachu na ruchomych piaskach. Niska baza zaufania staje się zatem barierą technologiczną, której nie da się przeskoczyć samym tylko importem nowoczesnych maszyn czy algorytmów.

Tymczasem kruchość naszych instytucji stanowi idealną pożywkę dla globalnego procesu, jakim jest cicha erozja demokracji. Badania porównawcze nad upadkiem systemów wolnościowych pokazują wyraźnie, że współczesne reżimy nie muszą już przyjeżdżać na czołgach, by przejąć kontrolę nad zbiorowością. Przychodzą one raczej w dobrze skrojonych garniturach, krok po kroku normalizując drobne odstępstwa od norm i cynicznie grając na słabościach społecznego zaufania. Wykorzystują przy tym paniki moralne do delegitymizacji przeciwników, zamieniając debatę publiczną w pole bitwy o przetrwanie. W Polsce ten schemat rezonuje z pamięcią historyczną przestawioną na tryb oblężenia, gdzie łatwiej zaakceptować silne państwo walczące z zagrożeniami symbolicznymi niż żmudną odbudowę zaufania proceduralnego. Literatura komparatystyczna, od Levitsky'ego po lokalne opracowania, dostarcza nam dość danych, by dostrzec w tym procesie chłodną mechanikę, a nie tylko emocjonalną retorykę.

Pozostaje zatem kluczowe pytanie o język, którym moglibyśmy zacząć mówić do siebie poza paradygmatem spisku i wiecznego podejrzenia. Nie wystarczy bowiem jedynie wytykać błędy poznawcze, gdyż ludzie wierzą w teorie spiskowe nie z powodu braku inteligencji, lecz z głębokiej potrzeby sensu. Psychologia określa to mianem kompensacyjnej kontroli, czyli mechanizmu, w którym jednostka, nie panując nad chaosem otoczenia, ucieka w narracje porządkujące świat za wszelką cenę. Edukacja odporności, zarówno tej poznawczej, jak i emocjonalnej, musi zatem uczyć rozróżnienia między głębokim sensem a tanią sensacją. Musi ona wskazywać drogę między trudną, wielowymiarową prawdą a łatwą, lecz zwodniczą „prawdopodobnością", która obiecuje wyjaśnienie wszystkiego jednym prostym schematem.

Ten proces edukacyjny musi odbywać się bez cienia pogardy, ponieważ to właśnie pogarda jest najskuteczniejszym paliwem dla spirali lęku i wykluczenia. W tej pracy niezwykle przydatne

okazują się klasyczne ostrzeżenia Hannah Arendt dotyczące natury zła i dobra w sferze publicznej. Jeśli zło bywa banalne w swojej bezmyślności, to i banał nieufności może produkować ciężar realnych krzywd i społecznych pęknięć. Dopiero radykalne dobro, czyli koncepcja zakładająca, że tylko dobro posiada prawdziwą głębię i może być trwale instytucjonalizowane, działa jak skuteczne antidotum. Wymaga to jednak troski o wspólne fakty, pielęgnowania rytuałów zaufania oraz codziennej praktyki dialogu, która nie szuka zwycięstwa, lecz zrozumienia. Musimy również rozbroić destrukcyjny wpływ technologii, nie popadając przy tym w jałową technofobię, która odrzuca wszelki postęp.

Obraz bańki filtrującej, czyli cyfrowego środowiska izolującego nas od sprzecznych sygnałów, jest użyteczny, ale wymaga uzupełnienia o nowsze badania nad personalizacją treści. Okazuje się bowiem, że efekt ten nie zawsze jest monolityczny, co czyni nasze zadanie znacznie subtelniejszym i wymagającym większej precyzji. Nie chodzi o to, by naiwnie wyłączyć algorytmy, lecz o to, by projektować przestrzenie ekspozycji na inność i uczyć meta-nawigacji informacyjnej. Tu znów wracamy do roli instytucji: szkoły, media publiczne, samorządy czy biblioteki mogą stać się laboratoriami kontrolowanego dysonansu. W takich miejscach różnica zdań nie powinna zagrażać naszemu bezpieczeństwu, lecz uczyć nas krytycznego myślenia i odporności na manipulację. Kultura nieufności zawsze woli szept od argumentu; kultura zaufania musi wywołać odwrotną zamianę: szeptu podejrzenia w szept ciekawości.

W tym miejscu zaczyna się także rola neuropsychologicznej higieny pamięci, która jest niezbędna do uzdrowienia wspólnoty. Zespół stresu pourazowego ma swoje biologiczne mechanizmy, ale w wymiarze społecznym staje się metaforą zbiorowości zapętlonej w intruzywnych obrazach przeszłości. Wtórna traumatyzacja, czyli uleganie traumie poprzez ciągłą ekspozycję na opowieści o dawnych krzywdach, wzmacnia czujność, ale też chorobliwą nadreaktywność. Jeśli nasz system edukacyjny i medialny pozostanie monokulturowy, to lekcja grozy, zamiast nas hartować, będzie jedynie pogłębiać naszą nadwrażliwość na bodźce. W rezultacie cała sfera publiczna zaczyna reagować na słabe sygnały tak, jakby były one śmiertelnym zagrożeniem dla bytu narodowego. Ofensywa symboli bywa wtedy mylona z realną agresją, a konieczna korekta języka z brutalną cenzurą ograniczającą wolność słowa.

W takiej dusznej atmosferze spisek nie potrzebuje już żadnych twardych dowodów, gdyż wystarczy, że potwierdza on nasze nastrojowe przewidywania dotyczące świata. Nie da się jednak zamknąć tej diagnozy bez ważnego gestu, jakim jest symboliczne przewrócenie stolika z gotowymi scenariuszami klęski. Polska kultura nie jest bowiem zdeterminowana do wiecznego krążenia między lękiem a paranoicznym podejrzeniem wobec sąsiada. Znamy przecież silne kontrnarracje, które w chwilach próby potrafią całkowicie odmienić dynamikę naszych relacji społecznych. W

momentach klęsk żywiołowych czy kryzysów za granicą potrafimy uruchomić społeczeństwo daru znacznie szybciej niż ociężała machina państwowa. Właśnie to doświadczenie realnej sprawczości jest najlepszym klinem rozszczepiającym pętlę bezsilności, która tak często prowadzi nas w objęcia teorii spiskowych.

Gdyby udało się to doświadczenie przekuć w codzienność instytucjonalną, hipoteza spiskowa przestałaby spełniać rolę psychologicznej protezy dla zagubionych jednostek. Wtedy znów moglibyśmy zaryzykować ufność, która według Niklasa Luhmanna redukuje społeczną kompleksowość i pozwala nam sprawniej nawigować w świecie. Z nieufnością trzeba się bowiem obchodzić jak z substancją wysoce reaktywną, która w małych dawkach bywa cnotą, ale w nadmiarze niszczy naczynie, w którym się znajduje. Problem zaczyna się wtedy, gdy logika przetrwania kolonizuje sferę edukacji i instytucji, nie zostawiając miejsca na rozwój i współpracę. Polska modernizacja po 1989 roku przyspieszyła materialnie, ale nie nadążyła kulturowo, pozostawiając duże połacie życia zbiorowego w reżimie niepisanych norm „wiedzących lepiej". To właśnie w tych pęknięciach pojawia się etyka podejrzenia, a wraz z nią niebezpieczne wychylenie w stronę myślenia magicznego.

Systemowe konsekwencje tego stanu rzeczy są niezwykle kosztowne i dotykają każdego aspektu naszego życia narodowego. Obserwujemy niższą skłonność do inwestycji, bo w powszechnym mniemaniu wszyscy oszukują, oraz drastycznie słabszy kapitał społeczny. Trudność w adaptacji do kryzysów wymagających koordynacji wynika z głębokiego przekonania, że instytucje i tak ostatecznie zawiodą obywatela. Empiryczna warstwa tej diagnozy jest dobrze znana badaczom, a długotrwale niski poziom zaufania podcina nowoczesne mechanizmy współdziałania. Przyjrzyjmy się zatem, jak ten mechanizm działa w skali mikro, wpływając na codzienne decyzje i postawy milionów ludzi. Gdy jednostka traci kontrolę nad biegiem zdarzeń, niemal odruchowo sięga po wzorce, które pozwalają jej odzyskać choćby pozorne poczucie sensu.

Wspomniana wcześniej kompensacyjna kontrola sprawia, że jeśli nie mogę kontrolować wydarzeń, to przynajmniej chcę je rozumieć jako czyjś precyzyjny plan. To rozumienie wcale nie musi być prawdziwe, gdyż jego głównym zadaniem jest dostarczenie doraźnej ulgi emocjonalnej w sytuacji stresu. Dlatego teorie spiskowe stają się wyjątkowo lepkie w czasach kryzysów, gdy łatwiej jest zasymilować lęk w postaci prostego schematu „oni kontra my". Wysoka potrzeba domknięcia poznawczego, czyli pragnienie posiadania jednoznacznej odpowiedzi, drastycznie skraca nasz horyzont myślowy i wycisza wszelkie wątpliwości. Nie jest to bynajmniej wada charakteru, lecz mechanizm adaptacyjny, który w nadmiarze staje się pułapką bez wyjścia. Równoległym antagonistą zaufania są media, zwłaszcza gdy pracują one w trybie nieustannego alarmu i pogoni za klikalnością.

Mechanizm agenda-setting, czyli proces ustalania przez media hierarchii ważności tematów, układa nasz zbiorowy porządek dnia w sposób często zniekształcony. To, co znajduje się wysoko na liście wiadomości, staje się dla nas ważne niezależnie od tego, jak często występuje w rzeczywistości. Kultywacja natomiast powoli urabia nasz obraz świata, sprawiając, że im więcej grozy w przekazie, tym bardziej zdradliwy wydaje nam się sąsiad. Dokładając do tego epizody paniki moralnej, otrzymujemy kaskadę bodźców, która skutecznie przegrzewa system społecznego reagowania. Stanley Cohen nie miał złudzeń: paniki moralne wracają zawsze tam, gdzie brakuje spójnych ram aksjonormatywnych i poczucia wspólnoty. Niemniej jednak to nie jest fatum, gdyż każdą panikę da się rozbroić, jeśli tylko zaczniemy wyławiać rzetelne głosy z informacyjnego szumu. Przeciwstawienie rytuałów sprawdzania faktów narracjom lęku jest pierwszym krokiem do odzyskania kontroli nad naszą wspólną przestrzenią.

Architektura odporności: jak wyjść z Krainy Spisków

W cyfrowym ekosystemie zadanie budowania odporności wydaje się dziś trudem syzyfowym, bowiem algorytmy personalizują nasze ścieżki odbioru z precyzją, której nie powstydziłby się wytrawny inżynier społeczny. Eli Pariser, badacz mechanizmów sieciowych, słusznie zwracał uwagę, że filtracja treści nie tylko „przyspawa" nas do naszych pierwotnych preferencji, lecz również skutecznie przyciemnia wszelkie sygnały sprzeczne z naszym światopoglądem. Zjawisko to, znane jako bańka filtrująca, czyli proces algorytmicznego izolowania użytkownika od odmiennych perspektyw, sprawia, że zaczynamy żyć w informacyjnym gabinecie luster. Co więcej, tak powstałe echo-komnaty drastycznie utrudniają prostowanie fałszów, gdyż każda korekta pochodząca „z zewnątrz" zostaje natychmiast odrzucona jako wroga kontaminacja czystości naszej grupy. Dlatego współczesna edukacja medialna musi wyjść poza proste sprawdzanie faktów i zacząć wzmacniać metaumiejętności, takie jak rozpoznawanie formatów manipulacji czy rozumienie błędów poznawczych. Musimy nauczyć się praktykować ekspozycję na poglądy z „kontrolowaną niezgodą", co stanowi swoisty klin poznawczy wbijany w spiskową opowieść, osłabiający przymus sensacji bez niszczenia potrzeby sensu.

W tle tych cyfrowych zmagań pozostaje jednak znacznie głębsza praca nad zbiorową pamięcią, która stanowi fundament naszej infrastruktury psychicznej. Marcin Zaleski nazwał jedną z polskich specjalności „natręctwem niepamięci", czyli gwałtownym wysiłkiem wypierania trudnej przeszłości, który paradoksalnie prowadzi do hiperpamięci traumatycznej. To trafne określenie naszych historycznych rozstajów: pamięć próbuje nas chronić przed bólem, ale gdy brakuje dla niej adekwatnego języka i stabilnych instytucji, staje się źródłem wtórnej przemocy. Hannah Arendt podsunęła tutaj wskazówkę etyczną, która w dobie polaryzacji brzmi niemal rewolucyjnie: nie

próbujmy „radykalizować" zła, bo to prosta droga do sakralizacji konfliktu i zamiany debaty w rytualne egzorcyzmy. Zamiast tego powinniśmy starać się „radykalizować" dobro, co w praktyce oznacza budowanie instytucji i procedur, które potrafią uzgadniać fakty ponad doraźnymi konfliktami narracji. Musimy polubić zwyczajność kłopotliwych faktów, choć rzadko pracują one na dramaturgię wieczornych wydań wiadomości; wszak to właśnie one stanowią twardszą infrastrukturę nowoczesności.

Z tej perspektywy widać wyraźnie, że Kraina Spisków nie jest krajobrazem nieuchronnym, lecz raczej efektem zaniedbań w architekturze zaufania. Wycinanie spisku z dyskursu publicznego nie polega na pojedynczym akcie demaskacji, ale na cierpliwym wytwarzaniu nadmiaru alternatyw: okazji do współdziałania, praktyk deliberacji oraz rytuałów odbudowy zaufania. Zaufanie nie jest bowiem ani cnotą, ani ulotnym uczuciem, lecz precyzyjnym mechanizmem redukowania złożoności świata społecznego, pozwalającym nam działać mimo braku pełnej informacji. Niklas Luhmann pisał, że zaufanie redukuje społeczną kompleksowość, zastępując niedostatki naszej wiedzy uogólnionymi oczekiwaniami co do zachowań innych ludzi. W języku systemowym nazywał to reakcją na kontyngencję, czyli nieprzewidywalność interakcji, w której każda strona próbuje zgadnąć intencje drugiej w nieskończonym regresie podejrzeń. Zaufanie przerywa ten paraliżujący proces, umożliwiając koordynację działań, bez której każda, nawet najprostsza wymiana handlowa czy rozmowa, staje się wyczerpującym testem bezpieczeństwa.

Polska, która przez dekady odwykła od ufania, zbyt często zamienia przestrzeń publiczną w poligon testów lojalności, zamiast w sprawną infrastrukturę współdziałania. Drugim filarem odporności wspólnoty musi być zatem kompetencja poznawcza, a zwłaszcza umiejętność życia z niepewnością bez ucieczki w „zimne pewniki" teorii spiskowych. Psychologia opisuje to zjawisko jako potrzebę domknięcia poznawczego, czyli silną motywację do uzyskania szybkich i jednoznacznych odpowiedzi, które redukują dyskomfort płynący z niewiedzy. Arie Kruglanski i Donna Webster wykazali, że wysoka potrzeba domknięcia sprzyja sztywności sądów i podatności na uproszczone narracje, bo dla jednostki ważniejsze staje się posiadanie jakiejkolwiek odpowiedzi niż rzetelność poznawcza. W polskim polu publicznym to domknięcie bywa często mylone z dojrzałością lub ideową stałością, tymczasem jest ono zazwyczaj emocjonalnym pancerzem, który pęka w kontakcie z rzeczywistą złożonością świata. Odporność rodzi się z postawy odwrotnej: gotowości do utrzymania ambiwalencji na tyle długo, by możliwe stało się dostrzeżenie subtelnych rozróżnień i niuansów.

Trzecim filarem tej architektury są instytucje, rozumiane nie jako monumentalne gmachy, lecz jako zestawy przewidywalnych reguł, które minimalizują arbitralność władzy i przypadku. Zaufanie nie unosi się przecież w próżni; ono zawsze „przyczepia się" do konkretnych procedur, które obywatele

postrzegają jako trwałe, sprawiedliwe i godne kredytu zaufania. Warto pamiętać, że słowo kredyt wyrasta z łacińskiego credere, czyli wierzyć, co czyni z zaufania fundament każdego nowoczesnego systemu ekonomicznego i politycznego. W Polsce niedobór tak rozumianych doświadczeń instytucjonalnych sprzyja cynizmowi, który niczym substancja wysoce reaktywna rozszerza się następnie na całość ładu społecznego. Jak ostrzegał Janusz Czapiński, Polacy na tle Europy pozostają narodem skrajnie nieufnym nie tylko wobec instytucji państwowych, ale i wobec siebie nawzajem w codziennych relacjach. Niski poziom kapitału społecznego zamienia proces modernizacji w krótkie, chaotyczne zrywy, rzadko pozwalając na wypracowanie trwałych nawyków współpracy, co otwiera pole dla spiskowych „zastępstw znaczenia".

Odporność wspólnoty musi się jednak ostatecznie zderzyć z mediami, ponieważ to one w największym stopniu porządkują nasze zbiorowe pole uwagi. Teoria porządku dnia, znana szerzej jako agenda-setting, uczy nas, że media nie mówią ludziom, co mają myśleć, ale z ogromną skutecznością narzucają im, o czym mają myśleć. Decydując o tym, które kwestie znajdują się na czołówkach serwisów, współtworzą one hierarchię ważności spraw publicznych, a tym samym kreślą mapę naszych zbiorowych lęków. W realiach polskich wieloletnia przewaga tematów grozy, zdrady i egzystencjalnego zagrożenia przeprogramowała recepcję świata na reżim nieustannego alarmu. Tu dołącza teoria kultywacji George'a Gerbnera, która sugeruje, że długotrwała ekspozycja na określone przekazy „uprawia" w nas obraz rzeczywistości, czyniąc świat zewnętrzny podobnym do tego z ekranu. Gerbner streszczał to zjawisko jako „trzy B": media z czasem zacierają różnice, mieszają obraz świata z mainstreamem i nakierowują go pod konkretne interesy instytucjonalne.

W środowisku tak ustawionej percepcji nawet drobne bodźce mogą wzniecać paniki moralne, o których pisał Stanley Cohen, pokazując, jak łatwo społeczeństwa produkują „diabły ludowe". Media i polityka potrafią błyskawicznie nakręcić spiralę strachu, wskazując winnych rzekomego upadku wartości czy zagrożenia dla narodowego bezpieczeństwa. Odporność informacyjna nie polega jednak na naiwnym odwróceniu wzroku od problemów, lecz na wypracowaniu podwójnej świadomości procesów, którym podlegamy. Musimy rozumieć, że nasze lęki są częściowo efektem selekcji tematu przez redaktorów, a nasze mapy świata – skutkiem długotrwałej kultywacji określonych obrazów. Czwartą warstwą tej architektury jest higiena cyfrowa, która wymaga od nas świadomego zarządzania własną uwagą w świecie zaprojektowanym do jej bezlitosnej eksploatacji. Pojęcie bańki filtrującej wskazuje, że algorytmy personalizacji zawężają nasze horyzonty, dostarczając nam przede wszystkim tego, co już wcześniej polubiliśmy lub co wywołało w nas silne emocje.

W polu sporu publicznego oznacza to mniejszą ekspozycję na perspektywy konfliktogenne oraz rosnącą izolację intelektualną, która karmi się brakiem kontaktu z „innym". Należy jednak zastrzec,

że nowsze badania porównawcze nieco tonują ten alarmistyczny ton, wskazując, że skala bańkowania bywa w rzeczywistości mniejsza, niż głosi popularna publicystyka. To przesunięcie akcentu z katastrofizmu na praktykę jest kluczowe: zamiast bać się algorytmów, musimy projektować przestrzenie kontrolowanej niezgody i uczyć się metanawigacji informacyjnej. Pomiędzy lękiem przed technologią a jej bezkrytyczną apoteozą istnieje ścieżka trzecia, polegająca na wymuszaniu takiej architektury platform, która wspiera deliberację i ekspozycję na różnorodność. Odporność wymaga również pracy nad pamięcią, bowiem jeśli edukacja i media karmią młode pokolenia wyłącznie repertuarem grozy bez języka przetwarzania traumy, otrzymujemy wtórną traumatyzację wspólnoty.

Wróćmy na chwilę do polskiej skłonności do narzekania, która w naszej kulturze pełni funkcję swoistego „mazidła" społecznego, pozwalającego przetrwać gorszą pogodę i polityczne zawirowania. Bogdan Wojciszke przypominał wszak, że narzekanie bywa skutecznym narzędziem nawiązywania kontaktu, niemniej w wersji permanentnej zamienia się ono w stałą, toksyczną infrastrukturę nieufności. Spróbujmy zatem przechwycić ten mechanizm i przestawić go na rejestr ironii, która posiada unikalną zdolność rozładowywania napięcia bez jednoczesnego podsycania urazy czy nienawiści. Czasem wystarczy drobna, niemal niezauważalna zmiana modelu rozmowy – przejście z fatalistycznego „jest źle" na analityczne „jest trudno, spróbujmy to rozmontować" – by narodził się nowy nawyk obywatelski. Nie dzieje się to w afekcie, lecz w cierpliwym treningu, który zamienia lękowy szept w merytoryczny argument, budując tym samym odporność na spiskowe narracje.

Jeśli Kraina Spisków działa jak sprawna socjotechnika lęku, to wyjście z niej nie polega na demaskowaniu każdego fałszu z osobna, lecz na budowaniu odporności systemowej całego społeczeństwa. Odporność rozumiem tutaj jako wielowarstwową zdolność wspólnoty do utrzymania deliberacji i współpracy mimo niepewności, sprzecznych interesów i pokus symbolicznego alarmu. Stabilna demokracja to nie system, w którym wszyscy myślą podobnie, lecz taki, w którym różni ludzie czują, że mogą myśleć inaczej, bo reguły gry chronią ich przed przemocą. Zaufanie redukuje społeczną kompleksowość tylko wtedy, gdy instytucje skutecznie ograniczają arbitralność władzy, a kultura wzmacnia nawyk przyjmowania nieprzyjemnej prawdy bez utraty twarzy. Ostatecznie wyjście z Krainy Spisków wymaga od nas polubienia tej trudnej, mało efektownej zwyczajności, która zamiast wielkiej dramaturgii podejrzeń oferuje nam po prostu rzetelną praktykę zaufania proceduralnego. To nie brzmi jak chwytliwy slogan wyborczy, ale to właśnie jest jedyna droga do budowy nowoczesnej, odpornej na wstrząsy wspólnoty, która nie musi karmić się lękiem przed nieznanym.

Od zrywu do procedury: jak budować kulturę zaufania

W obecnej sytuacji etyka pamięci, czyli praca hermeneutyczna polegająca na przekształcaniu cierpienia w sens i praktykę współpracy, nie może sprowadzać się do jałowego polerowania rany. Hannah Arendt przypominała w swojej słynnej frazie, że jedynie dobro posiada głębię i może być radykalne, co stanowi wezwanie do instytucjonalizowania go w formie trwałych reguł i procedur. Zamiast radykalizować zło w kolejnych rytuałach podejrzeń, powinniśmy dążyć do budowy struktur, które zastąpią fetyszyzację bólu rzetelnym, wspólnym działaniem. Nie chodzi tu o amnezję, lecz o wyjście z zaklętego kręgu traumy, która bez odpowiedniej obróbki staje się pożywką dla resentymentu. Prawdziwym wyzwaniem jest sprawienie, by bolesna przeszłość przestała być kotwicą, a stała się fundamentem dla nowej, sprawczej wspólnoty, zdolnej do patrzenia w przyszłość bez lęku.

Z tak zarysowanej perspektywy polskie momenty oddolnej mobilizacji, jak choćby potężna fala pomocy dla Ukrainy w pierwszych miesiącach wojny, jawią się jako dowód, że sprawczość wspólnoty istnieje poza sferą cynizmu. Strategicznie najważniejsze jest jednak przytwierdzenie tej energii do instytucji i praktyk codzienności, aby nie wyparowała wraz z pierwszymi emocjami. Jeśli zryw przechodzi w proces, a solidarność w procedurę, hipoteza spiskowa traci swoją funkcję jako proteza sensu, czyli uproszczony model wyjaśniania świata poprzez ukryte siły. Wówczas rolę silnego sensu przejmuje rzemiosło dobra wspólnego, oparte na przewidywalności i wzajemnych zobowiązaniach. Przejście od spiskowej dramaturgii do kultury zaufania wymaga jednak precyzyjnej operacjonalizacji, zaczynając od fundamentu, jakim jest nasz codzienny język.

Polska kula śnieżna narzekania pełni realną funkcję integrującą, co Bogdan Wojciszke trafnie diagnozuje jako sposób na nawiązywanie lepszego kontaktu z innymi poprzez wspólnotę negatywnych afektów. Niestety, ten walor adaptacyjny łatwo przeobraża się w stałą infrastrukturę nieufności, gdzie neurotyczna ulga płynąca z frazy „mówiłem, że się nie uda” żeruje na każdej awarii systemu. Jednym z kluczowych zadań nowoczesnej edukacji obywatelskiej jest translacja narzekania w merytoryczną krytykę, zdolną do wyprowadzania z emocji testowalnych roszczeń. Wymaga to wypracowania nawyku odwracalnych tez, czyli rzadkiej umiejętności uznania własnego błędu w obliczu nowych faktów. Tego rodzaju kompetencji nie da się zaszczepić z katedry; trzeba je ćwiczyć w mikroinstytucjach, takich jak kooperatywy czy wspólnoty lokalne, gdzie stawką jest konkretny efekt.

Drugim krokiem w stronę odporności społecznej jest higiena niepewności, stanowiąca przeciwwagę dla wysokiej potrzeby domknięcia poznawczego, która popycha nas ku szybkim i fałszywym znaczeniom. W praktyce oznacza to wprowadzenie rytuałów pracy z dowodami, gdzie najpierw

precyzyjnie ustala się definicje i miary, a dopiero na samym końcu wyciąga wnioski. Wiele współczesnych sporów światopoglądowych to w rzeczywistości konflikty o kategorie, które w krainie spisków są intuicyjnie i agresywnie domknięte, by obniżyć biologiczny alarm organizmu. Edukacja odporności musi oferować emocjonalne wsparcie dla stanu „jeszcze nie wiem", chroniąc nas przed pokusą ucieczki w gotowe, spiskowe odpowiedzi. Bez akceptacji dla poznawczej próżni, uproszczone narracje zawsze wygrają z rzetelnym, choć żmudnym procesem rozumowania i weryfikacji.

Szczególnie użyteczne okazują się tutaj praktyki odroczonego werdyktu w nauczaniu historii oraz wiedzy o społeczeństwie, gdzie młodzież mierzy się z tak zwanymi pętlami badawczymi. Uczą one, że życie publiczne jest nieustanną pracą z niepełną informacją, a nie turniejem gotowych odpowiedzi serwowanych przez ideologów czy algorytmy. Tutaj powraca definicja agenda-setting, czyli procesu ustalania hierarchii tematów, który pozwala nam zrozumieć, jak konstruowany jest nasz obraz świata przez media. Zrozumienie mechanizmów kultywacji medialnej ułatwia doraźne odchłodzenie własnych emocji i spojrzenie na fakty z niezbędnym, analitycznym dystansem. To właśnie w tych szczelinach między bodźcem a reakcją buduje się kompetencja poznawcza, będąca najlepszą szczepionką na wirusa dezinformacji i lęku.

Trzecim, niezbędnym krokiem jest radykalne przeprojektowanie przestrzeni medialnych, nie w duchu cenzury, lecz minimalizacji bodźców wzmagających nieustanny alarm społeczny. To, co w psychologii nazywamy primingiem lęku, w codziennej praktyce dziennikarskiej bywa skutkiem rutyny: krzykliwych tytułów i dramaturgii permanentnej ostatniej chwili. Media i platformy cyfrowe mogą wprowadzać progi deliberacji, czyli obowiązek prezentowania strefy wspólnych faktów obok skrajnych, polaryzujących sporów. Przy treściach spiskogennych warto wprowadzić wymóg dodania modułu „jak to wiemy?", który przenosi uwagę odbiorcy z emocjonalnej opinii na metodę weryfikacji i źródła. Choć nie jest to panaceum, skutecznie osłabia pętlę alarmu, pozwalając na powolną odbudowę zaufania do rzetelnej informacji i instytucji prawdy.

Od wspólnoty lęku do sprawczości: jak leczyć polską debatę

Czwarty krok w naszej rekonstrukcji dotyczy fundamentów polityki, gdzie erozja postępuje zazwyczaj bez huku gąsienic. Steven Levitsky i Daniel Ziblatt, analizując mechanizmy upadku demokracji, słusznie zauważają, że współczesny autorytaryzm rzadko wjeżdża do stolicy czołgiem, woląc raczej metodę „gotowania żaby". Polega ona na stopniowej normalizacji odstępstw od reguł i precyzyjnym rozgrywaniu słabych punktów społecznego zaufania, które jest przecież decyzją o

kontrolowanym ryzyku, a nie tylko ulotnym stanem emocjonalnym. Skuteczne antidotum na ten proces kryje się nie tyle w sztywnych zapisach konstytucyjnych, co w normach wzajemnego uznania, czyli zwyczajach samoograniczania się w imię trwałości republiki. W polskiej praktyce politycznej dramatycznie brakuje właśnie tej powściągliwości, która nakazuje nie niszczyć przeciwnika za wszelką cenę dla doraźnego, partyjnego zysku.

Gdy te niepisane zasady słabną, język spiskowy staje się niezwykle wygodnym narzędziem do totalizacji konfliktu i dehumanizacji oponenta. W takim układzie etyka dialogu przestaje być jedynie estetyczną dekoracją, a staje się formą oszczędności systemowej, gdyż w ostatecznym rozrachunku taniej jest rozmawiać, niż gasić pożary wywołane społeczną paniką. Piąty krok wymaga zatem „przełączenia" narodowej energii, dotąd spalanej w narzekaniu i celebrowaniu traum, na praktyki dające obywatelowi natychmiastową i namacalną sprawczość. Polska od lat wykazuje zdumiewającą sprawność w zarządzaniu mobilizacją kryzysową, jednak kompletnie zawodzi na poziomie mobilizacji codziennej, budowanej wokół drobnych, wspólnych celów. W kategoriach polityki publicznej mówimy tu o budowie krótkich mostów zaufania, które łączą ludzi poprzez mikrokredyty społeczne, projekty sąsiedzkie czy szkoły działające jako centra wspólnego dobra.

W takich centrach uczniowie nie są jedynie biernymi konsumentami treści, lecz współzarządzają realnymi zasobami, ucząc się odpowiedzialności za wspólnotę. Jeśli młodzi ludzie choć kilka razy doświadczą, że reguły, które sami ustalili, rzeczywiście działają w praktyce, to spisek jako proteza sensu natychmiast traci swój uwodzicielski blask. Zaczyna być on po prostu nieopłacalny emocjonalnie, ponieważ realne doświadczenie sprawstwa skutecznie wypiera lękową potrzebę szukania ukrytych sił sterujących światem. To prosta ekonomia psychologiczna, w której liczy się każde działanie robiące w naszej infrastrukturze psychicznej miejsce na zaufanie do drugiego człowieka. Warto w tym miejscu przywołać intuicję Hannah Arendt dotyczącą radykalnego dobra, czyli koncepcji, według której tylko dobro posiada prawdziwą głębię i może być trwale instytucjonalizowane.

Arendt sugerowała, że banał zła polega na bezmyślnym powielaniu procedur bez troski o ich sens, podczas gdy dobro wymaga żmudnej „pracy w głąb". W realiach polskiej przestrzeni publicznej oznacza to konieczność preferowania powolnych, wymagających praktyk dobra wspólnego nad krzykliwe spektakle moralnej wyższości. Kraina Spisków gardzi powolnością, bo żyje ona dynamiczną dramaturgią podejrzeń, podczas gdy rzetelna architektura odporności społecznej musi budować cierpliwość jako kluczową cnotę instytucjonalną. Takie podejście nie jest może przesadnie romantyczne, ale w przeciwieństwie do narodowych zrywów, po prostu działa w długiej perspektywie czasowej. Na tym etapie warto również odczarować fatalizm dotyczący baniek

informacyjnych, które rzekomo bezpowrotnie dzielą nasze społeczeństwo na zwalczające się plemiona.

Owszem, algorytmiczna personalizacja zawęża nasze horyzonty, ale projektowanie „przeciągów", czyli celowych ekspozycji na odmienne argumenty, jest technicznie możliwe i zgodne z logiką platform. Badania nad edukacją sugerują, że kontrolowana konfrontacja z niezgodą, prowadzona w atmosferze wsparcia emocjonalnego, przynosi realny wzrost rozumienia cudzych perspektyw bez utraty własnej tożsamości. Zamiast obiecywać nierealny internet bez baniek, powinniśmy uczyć ludzi zarządzać własną ścieżką informacyjną i krytycznie oceniać docierające do nich sygnały. Alarmistyczne wizje Eliego Parisera warto zachować jako cenne ostrzeżenie, pamiętając jednak, że skala zjawiska izolacji bywa w publicystyce mocno przeszacowana. To kolejny powód, by porzucić jałowe myślenie binarne i wrócić do konkretnych narzędzi budowania kompetencji poznawczej, czyli zdolności do akceptacji ambiwalencji i niepewności jako naturalnych stanów rzeczywistości.

Wreszcie pozostaje kwestia najtrudniejsza, a mianowicie symboliczna dezaktywacja „przywileju ofiary", który w polskim kodzie kulturowym odgrywa rolę dominującą. W kulturze sakralizującej ból status ofiary staje się swoistą walutą, z której finansuje się immunitety na krytykę oraz różnego rodzaju szantaże moralne. Odzyskanie sprawczości wymaga zatem odczarowania cierpienia bez jego umniejszania, co jest gigantycznym zadaniem dla polityki pamięci oraz systemu powszechnej edukacji. Chodzi o przepisanie rytuałów tak, by etyka pamięci, czyli praca nad przekształcaniem cierpienia w sens, pozwalała budować mosty zamiast murów. Wtedy możliwe stanie się przejście od wspólnoty lęku do wspólnoty wartości, w której argument staje się znakiem przynależności, a nie powodem do wykluczenia.

Katastrofa smoleńska nie była jedynie tragicznie przerwanym lotem, lecz stała się potężnym urządzeniem semantycznym, które trwale sprzęgło polską pamięć z polityką w trybie ciągłego alarmu. Mechanizm ten opiera się na trzech składnikach, z których pierwszym jest agenda-setting, czyli proces wyznaczania przez media hierarchii tematów uznawanych za istotne. Media nie mówią nam wprawdzie, co dokładnie mamy myśleć, ale skutecznie narzucają nam, o czym w ogóle warto rozmawiać i co uznawać za priorytet. Gdy dana kwestia powraca w czołówkach serwisów informacyjnych, staje się „ważna" w oczach opinii publicznej, niezależnie od faktycznego statusu dowodów czy merytorycznej wartości. Literatura przedmiotu dobrze opisuje tę regułę, pokazując, jak media porządkują naszą społeczną mapę ważności i narzucają ramy interpretacyjne rzeczywistości.

Następnie do głosu dochodzi teoria kultywacji George'a Gerbnera, według której długotrwała ekspozycja na określony repertuar obrazów „uprawia" wyobraźnię odbiorcy na modłę nadawcy. Proces ten zaciera różnice między faktami a fikcją, miesza obraz świata z telewizyjnym

mainstreamem i nakierowuje emocje tak, by służyły one konkretnym interesom instytucjonalnym. Gerbner syntetyzował to zjawisko jako „trzy B": zaciera, miesza i nakierowuje, co idealnie opisuje sposób funkcjonowania współczesnych mediów masowych w sytuacjach kryzysowych. Wreszcie cały ten układ domyka spirala paniki moralnej, czyli okresowe fale oburzenia wobec wykreowanych „diabłów ludowych", które zyskują nośność dzięki medialnej amplifikacji. Bez aktywnego zaangażowania środków masowego przekazu żadna panika moralna nie miałaby szans rozwinąć się do rozmiarów paraliżujących racjonalną debatę publiczną.

Dlaczego te mechanizmy tak łatwo zakorzeniają się w polskim doświadczeniu, tworząc substancję wysoce reaktywną i podatną na manipulacje? Odpowiedź tkwi w wysokim napięciu niepewności, które drastycznie podnosi społeczną potrzebę domknięcia poznawczego, czyli motywację do znajdowania szybkich i jednoznacznych odpowiedzi. Arie Kruglanski definiował ten stan jako chęć uniknięcia bólu niepewności za wszelką cenę, nawet jeśli ceną tą jest przyjęcie uproszczonego i nieprawdziwego obrazu świata. Osoby o wysokiej potrzebie domknięcia wolą uzyskać jakąkolwiek ostateczną odpowiedź, byle tylko nie przedłużać stanu poznawczego dyskomfortu, który towarzyszy sytuacjom kryzysowym. Ten popyt na jednoznaczność, zderzony z traumą historyczną i głęboką nieufnością polityczną, czyni teorię spiskową narracją kojącą, ponieważ oferuje ona wizję świata totalnie uporządkowanego.

Michał Bilewicz opisuje, jak ból przeszłości niemal niezauważalnie przechodzi w dominujący wzór interpretacyjny teraźniejszości, wzmacniając popularność wyjaśnień spiskowych i przerabiając pamięć na kapitał lęku. Trauma powoduje chroniczną nieufność i nieżyczliwość, co sprawia, że każda próba racjonalnego dialogu rozbija się o mur uprzedzeń i lękowych projekcji. Pandemia COVID-19 oraz towarzysząca jej narracja o „plandemii" jedynie powieliły ten znany schemat, pokazując, jak łatwo można zdestabilizować zaufanie do nauki i państwa. Kiedy realne zagrożenie pozostaje niewidoczne, a instytucje komunikują niepewność, potrzeba domknięcia nasila się, a brak zaufania do procedur staje się czynnikiem decydującym o zachowaniach masowych. W takich warunkach każda rekomendacja medyczna zaczyna być postrzegana jako podejrzana intencja, a nie jako próba ratowania zdrowia publicznego.

Niklas Luhmann pisał, że zaufanie redukuje społeczną kompleksowość, ponieważ pozwala nam działać mimo oczywistego niedoboru informacji o intencjach innych ludzi. Gdy jednak tego zaufania brakuje, każda najprostsza interakcja staje się testem bezpieczeństwa, a życie społeczne zamienia się w nieustanną grę o sumie zerowej. Ta sama logika działała w polu szczepień, gdzie niski kredyt zaufania, czyli łacińskie credere, skutecznie podciął gotowość obywateli do podjęcia wspólnego wysiłku na rzecz odporności zbiorowej. W ekosystemie cyfrowym tę pętlę nieufności wzmacniała dodatkowo personalizacja przekazów, prowadząca do powstawania echo-komnat

izolujących użytkowników od sprzecznych sygnałów poprzez algorytmiczną filtrację treści. Warto jednak dodać istotną korektę, gdyż nowsze opracowania pokazują, że efekt ten bywa skromniejszy, niż głosi popularna publicystyka, co daje nadzieję na skuteczne interwencje edukacyjne.

Lęki migracyjne ponownie uruchomiły identyczną triadę mechanizmów: odgórne ustawianie agendy, kultywację obrazu zagrożenia oraz cykliczne epizody panik moralnych. Przy wysokim napięciu tożsamościowym włącza się psychologiczny przełącznik zwany mentalnością oblężonej twierdzy, w której ofiara z definicji nie może być sprawcą zła. Taki wzór myślenia podtrzymuje selektywną empatię i paraliżuje jakąkolwiek próbę korekty pamięci zbiorowej, czyniąc z „obcego" wygodnego depozytariusza wszystkich win systemowych. W każdym z tych przypadków rytualne narzekanie pełniło funkcję kleju afektowego, pozwalającego na nawiązanie kontaktu z innymi poprzez wspólne celebrowanie pesymizmu. Bogdan Wojciszke trafnie zauważa, że w naszej kulturze negatywność jest znakiem „swojskości", który wprawdzie integruje grupę, ale jednocześnie trwale stabilizuje reżim powszechnej nieufności. To działa integrująco na poziomie plemiennym, lecz jednocześnie paraliżuje szanse na budowę szerszej wspólnoty opartej na argumentach.

Od wspólnoty lęku do radykalnego dobra: siedem kroków uzdrowienia

Hannah Arendt podpowiada nam coś niezwykle istotnego w kontekście etyki: zło nigdy nie jest radykalne, a jedynie skrajne, podczas gdy tylko dobro posiada prawdziwą głębokość i może być radykalne. Jeśli przyjmiemy tę perspektywę, zrozumiemy, że trwałe rozbrojenie pętli spiskowych nie polega na coraz głośniejszej i agresywniejszej demaskacji, lecz na mozolnym budowaniu warunków dla owego głębokiego dobra. Chodzi o stworzenie takiej infrastruktury psychicznej wspólnoty, w której rzetelna procedura, deliberacja oraz sprawczość stają się emocjonalnie bardziej opłacalne niż krzykliwa narracja alarmu. Musimy wstawić klin w mechanizm lęku, zaczynając od wprowadzenia rytuałów metody zamiast spektaklu pewności, co w praktyce oznacza promowanie postawy odwleczonego sądu w edukacji i mediach. W świecie zdominowanym przez natychmiastowe wyroki, nawykowe pytanie „jak to wiemy?" pozwala skleić temat z metodą, a nie tylko z gotową tezą, co skutecznie redukuje głód domknięcia poznawczego. Kompetencja poznawcza, czyli zdolność do akceptacji ambiwalencji i niepewności jako naturalnych stanów rzeczywistości, staje się w tym procesie naszym najważniejszym pancerzem ochronnym.

Budowanie zaufania, czyli decyzji o podjęciu kontrolowanego ryzyka opartej na realnej współpracy, wymaga doświadczeń, które przyczepiają naszą wiarę do powtarzalnych i przewidywalnych reguł. Niklas Luhmann słusznie zauważył, że zaufanie redukuje społeczną złożoność, ale mechanizm ten

działa wyłącznie wtedy, gdy system nie produkuje nieustannych anomalii i arbitralnych decyzji. W przeciwnym razie wspólnota zaczyna regenerować nieufność, a teorie spiskowe powracają jako swoista proteza sensu, wypełniająca luki w niezrozumiałej i chaotycznej rzeczywistości. Dlatego tak ważna jest higiena ekspozycji informacyjnej, która nie obiecuje nam utopijnego internetu wolnego od baniek, lecz projektuje kontrolowane przeciągi, czyli sytuacje losowego zetknięcia z uzasadnioną niezgodą. Ucząc się filtrować samą filtrację, o której pisał Eli Pariser, zyskujemy szansę na wyjście z plemiennych okopów bez poczucia wstydu czy lęku przed karą, co jest kluczowe dla higieny debaty publicznej.

W tle tych procesów zawsze pozostaje kwestia pamięci zbiorowej, która w polskim wydaniu zbyt często przypomina substancję wysoce reaktywną, gotową do gwałtownego wybuchu przy najmniejszym bodźcu. Z nieufnością trzeba obchodzić się ostrożnie, bowiem każdy nieostrożny ruch w obszarze traumy może przynieść skutki odwrotne do zamierzonych. Jeżeli ekspozycja na historyczną grozę nie wypracuje własnego, dojrzałego języka przetwarzania, rodzi ona wtórną traumatyzację, ustawiającą całe pole społeczne w permanentnym trybie alarmu. Michał Bilewicz przekonująco pokazuje, jak ten mechanizm zasila polaryzację i spiskowość, dlatego jedyną skuteczną terapią jest przeformułowanie pamięci z sakralizowanej relikwii w praktyczne narzędzie współpracy. Gdy pamięć przestaje być „świętą raną", a staje się wspólnym warsztatem, spór o fakty odzyskuje swoje cywilizowane reguły, a spiskowe hipotezy tracą swoją dotychczasową ekonomię emocjonalną. Zaufanie staje się wtedy brakującą walutą modernizacji, bez której kredyt, inwestycja, deliberacja czy prawo pozostają jedynie grą krótkich oddechów.

Pierwszym krokiem do uzdrowienia tej sytuacji musi być radykalna zmiana języka, którym opisujemy naszą codzienność i wspólne wyzwania, ponieważ kultura nieufności woli szept od argumentu. Narzekanie, jak pokazuje Bogdan Wojciszke, pełni w Polsce funkcję integracyjną, pozwalając ludziom nawiązywać kontakt poprzez rytualne potwierdzanie wspólnej beznadziei i narzekanie na los. Skoro jednak jest to narzędzie relacyjne, możemy spróbować odwrócić jego wektor i przestawić ton z rezygnacji na ironiczną krytykę, która łączy ludzi, nie pogłębiając przy tym ich poczucia bezradności. Zamiast powtarzać, że nic się nie uda, warto zacząć pytać, dlaczego konkretnie coś nie działa, co zmienia język z ornamentu w główny nośnik pozytywnych emocji zbiorowych. Wspólnota, która oduczy się mówić o problemach poprzez rytuał samopotwierdzającej porażki, odzyska wreszcie przestrzeń na merytoryczne argumenty i twarde fakty, które przestaną być traktowane jako atak.

Drugi krok wymaga od nas bolesnego, ale koniecznego przeformułowania pamięci, o czym wielokrotnie przypominała Maria Janion, przestrzegając przed martyrologiczną tożsamością, która każe nam iść do przyszłości tylko z naszymi zmarłymi. Nasza trudność polega na tym, że często nie

potrafimy pójść naprzód inaczej niż z urną, co czyni z bolesnej przeszłości barierę nie do przejścia dla jakiejkolwiek modernizacji. Pamięć bolesna nie jest problemem – problemem jest pamięć sakralizowana, zamknięta na ambiwalencję i złożoność; wszak polska kultura ma tendencję do radykalizowania zła i budowania z niego mrocznej mitologii. Pamięć powinna być raczej warsztatem, w którym cierpienie przetwarza się w konkretne praktyki współpracy, a nie relikwiarzem, w którym ból staje się zakładnikiem teraźniejszości i narzędziem szantażu moralnego. Tylko takie podejście pozwala uniknąć sytuacji, w której przeszłość dyktuje nam lęki, zamiast dostarczać lekcji na temat budowania odporności i wzajemnego szacunku.

Trzecim etapem jest nauka życia w niepewności, co stanowi bodaj najtrudniejsze wyzwanie dla społeczeństwa przyzwyczajonego do szukania prostych i ostatecznych odpowiedzi w sytuacjach kryzysowych. Kraina Spisków gardzi powolnością, bo żyje dramaturgią podejrzeń, podczas gdy nowoczesność wymaga od nas akceptacji procesów, które nie dają natychmiastowej satysfakcji. Potrzeba domknięcia poznawczego, czyli pragnienie szybkich odpowiedzi, o której pisał Arie Kruglanski, jest naturalną reakcją na chaos, ale w nowoczesnym społeczeństwie staje się niebezpieczną pułapką. Życie zbiorowe to nieustanna konfrontacja z niepełną informacją, dlatego wspólnota, która uczy odwlekania sądu i przyjmowania ambiwalencji, staje się odporna na spiskowe protezy sensu. Jak podkreślał Niklas Luhmann, zaufanie wymaga nawyku myślenia w kategoriach prawdopodobieństwa, a nie absolutnej pewności, co stawia przed systemem edukacji zupełnie nowe, cywilizacyjne zadania.

Czwarty krok to odczarowanie instytucji, które w Polsce zbyt często postrzegane są z głęboką podejrzliwością jako wrogie, obce lub co najmniej całkowicie nieefektywne byty społeczne. Zaufanie nie rodzi się z płomiennych apeli polityków czy kampanii społecznych, lecz z powtarzalnych, codziennych doświadczeń uczciwości oraz przewidywalności reguł gry w sferze publicznej. Jeśli urząd, sąd czy szkoła działają w sposób transparentny i przewidywalny, obywatele powoli uczą się, że warto zaryzykować kredyt zaufania, co przerywa niszczycielską pętlę bezsilności i podejrzeń. Janusz Czapiński bez złudzeń diagnozował wysoką nieufność Polaków na tle Europy, ale terapia tego stanu musi odbywać się poprzez żmudną pracę nad procedurami, a nie tylko nad emocjami. Każda awaria systemu i każdy przypadek arbitralności władzy natychmiast zasila spiskową wyobraźnię, toteż nie ma tu drogi na skróty poza cierpliwym dowodzeniem skuteczności i sprawiedliwości reguł.

Piątym krokiem jest głęboka zmiana funkcji mediów, które obecnie zbyt często żyją z kultywowania paniki moralnej i budowania monokultury alarmu, która paraliżuje racjonalną debatę. Redakcje mają ogromną moc kształtowania agendy, ale mogą przesunąć akcent z dramaturgii grozy na metodologię, wprowadzając nawyk wyjaśniania odbiorcy różnicy między tezą a metodą jej

weryfikacji. Stanley Cohen pokazywał, że paniki moralne są produktem powtarzalnym, który można skutecznie studzić poprzez rytuały weryfikacji i różnicowania, zamiast bezrefleksyjnego podbijania bębenka emocji. Dotyczy to również platform cyfrowych, które powinny projektować kontrolowane przeciągi informacyjne, pozwalające użytkownikom na świadomą meta-nawigację poza własnymi, szczelnymi bańkami. Musimy nauczyć się uczyć algorytmy, tak jak uczymy dzieci języka, rozumiejąc, że personalizacja treści nie może oznaczać całkowitej izolacji od faktów, które nam nie odpowiadają.

Szósty krok wymaga odważnej dezaktywacji przywileju ofiary, który w naszej kulturze stał się swoistą walutą, dającą immunitet moralny i poczucie wyższości nad innymi uczestnikami debaty. Sakralizacja cierpienia skutecznie blokuje możliwość jakiejkolwiek autokorekty, ponieważ każda próba krytycznej analizy czy polemiki zostaje natychmiast odczytana jako atak na świętość i ból. Potrzebujemy gestu uznania, że choć cierpienie było realne i bolesne, nie daje ono nikomu monopolu na prawdę ani prawa do zwolnienia z odpowiedzialności za kształt teraźniejszości. Bez tego kroku narracja spiskowa zawsze znajdzie żyzny grunt w poczuciu wyjątkowości własnej krzywdy, która rzekomo tłumaczy każdą nieufność i każdą agresję wobec inaczej myślących. Ofiara również może stać się sprawcą, a pamięć o doznanych krzywdach nie powinna być tarczą chroniącą przed koniecznością uczciwego dialogu i uznania racji innych.

Wreszcie siódmym krokiem jest pozytywna mobilizacja, czyli przekucie energii oddolnej samoorganizacji w trwałe, codzienne rytuały, a nie tylko w gwałtowne reakcje na kolejne katastrofy. Polacy udowodnili swoją niezwykłą sprawczość podczas pomocy dla Ukrainy, ale ta energia nie może być tylko zrywem; musi zostać zinstytucjonalizowana, by stała się fundamentem nowej infrastruktury psychicznej. Jak pisał Jerzy Jedlicki, społeczeństwo obywatelskie rodzi się wtedy, gdy ludzie widzą, że coś od nich naprawdę zależy, co czyni narrację spiskową emocjonalnie i społecznie nieopłacalną. Manifest uzdrawiającej wspólnoty wymaga zatem nowego języka, edukacji uczącej odwleczonego sądu oraz instytucji, które dowodzą swej przewidywalności czynem, a nie tylko pustym słowem. Pora zaryzykować radykalność dobra, o której pisała Arendt, i sprawdzić, czy to właśnie ono nie jest najskuteczniejszym mechanizmem odporności w naszej Krainie Spisków i Traumalandzie. Michał Bilewicz w swojej diagnozie przypominał, że trauma powoduje nieufność i nieżyczliwość, co jest wyzwaniem nie tylko klinicznym, ale i cywilizacyjnym. Jeżeli nie przekształcimy tego stanu w sens, pozostanie on świętą raną, wokół której można budować jedynie oblężone tożsamości, dlatego wybór radykalnego dobra jest dziś naszą jedyną realną strategią przetrwania.

> Zaufanie nie jest ulotnym uczuciem, lecz precyzyjnym narzędziem nawigacji w świecie pełnym niepewności. Czy jesteśmy gotowi porzucić kojący, lecz toksyczny cień teorii

> spiskowych na rzecz trudnej, codziennej pracy budowania wspólnych faktów? Prawdziwa odporność wspólnoty zaczyna się tam, gdzie lęk przed nieznanym zostaje wyparty przez odwagę bycia ze sobą w różnicy.

Inspiracje

[1] **"Traumaland. Polacy w cieniu przeszłości"** Michał Bilewicz

2024 | Mando | ISBN: 978-83-277-3844-8

Michał Kamil Bilewicz (ur. 1980) jest polskim psychologiem społecznym i socjologiem. Jest profesorem nadzwyczajnym Uniwersytetu Warszawskiego, gdzie założył i kieruje Centrum Badań nad Uprzedzeniami. Jego praca naukowa koncentruje się na psychologicznych mechanizmach relacji międzygrupowych, antysemityzmie, pamięci zbiorowej, dehumanizacji i następstwach ludobójstwa. Zajmował stanowiska wizytujące w takich instytucjach jak New School for Social Research i University of Delaware. Bilewicz jest wybitnym intelektualistą publicznym w Polsce, często zabierającym głos w debatach na temat traumy historycznej, relacji polsko-żydowskich i psychologii społecznej. Otrzymał liczne nagrody za swój wkład naukowy, w tym Nagrodę Nevitta Sanforda od Międzynarodowego Towarzystwa Psychologii Politycznej. W swoich badaniach często wykorzystuje metody eksperymentalne, aby zrozumieć, jak doświadczenia historyczne i trauma zbiorowa kształtują współczesne postawy i zachowania społeczne.

Michał Kamil Bilewicz (born 1980) is a Polish social psychologist and sociologist. He is an associate professor at the University of Warsaw, where he founded and directs the Center for Research on Prejudice. His academic work focuses on the psychological mechanisms of intergroup relations, antisemitism, collective memory, dehumanization, and the aftermath of genocide. He has held visiting positions at institutions including the New School for Social Research and the University of Delaware. Bilewicz is a prominent public intellectual in Poland, frequently contributing to debates on historical trauma, Polish-Jewish relations, and social psychology. He has received numerous awards for his scholarly contributions, including the Nevitt Sanford Award from the International Society of Political Psychology. His research often employs experimental methods to understand how historical experiences and collective trauma shape contemporary social attitudes and behaviors.

University of Warsaw

Literatura uzupełniająca

Książki

Literatura pokrewna (Google Scholar):

[1] "Social Systems"

Niklas Luhmann

1995 | Stanford University Press

[2] "Trust and Power"

Niklas Luhmann

1979 | Wiley

[3] "Psychologia szczęścia-kto, kiedy, dlaczego kocha życie i co z tego wynika, czyli nowa odsłona teorii cebulowej"

Janusz Czapiński

2017 | Wydawnictwo Naukowe Scholar

[4] "Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka"

Janusz Czapiński

2004 | Wydawnictwo Naukowe PWN

[5] "Folk Devils and Moral Panics"

Stanley Cohen

1972 | MacGibbon and Kee Ltd

[6] "Against the Mainstream: The Selected Works of George Gerbner"

George Gerbner

2002 | Peter Lang

[7] "Invisible Crises: What Conglomerate Control of Media Means for America and the World"

George Gerbner, Hamid Mowlana, Herbert I. Schiller

1996 | Westview Press

[8] "Sprawczość i wspólnotowość. Podstawowe wymiary spostrzegania społecznego"

Bogdan Wojciszke

2010 | Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne

[9] "The Origins of Totalitarianism"

Hannah Arendt

1951 | Harcourt, Brace and Company

[10] "Romantyzm, rewolucja, marksizm"

Maria Janion

1972 | Wydawnictwo Morskie

[11] "Niesamowita Słowiańszczyzna"

Maria Janion

2006 | Wydawnictwo Literackie

[12] "The Psychology of Closed Mindedness"

Arie W. Kruglanski

2004 | Psychology Press

[13] "The Psychology of the Extreme"

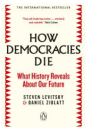
Arie W. Kruglanski, Sophia Moskalenko

2020 | Routledge

[14] "Psychologia szczęścia. Przegląd badań i zarys teorii cebulowej"

Janusz Czapiński

1992 | Wydawnictwo Akademos | ISBN: 9788385308195



[15] "How Democracies Die: What History Reveals About Our Future"

Steven Levitsky, Daniel Ziblatt

2018 | Penguin UK | ISBN: 9780241317990



[16] "Competitive Authoritarianism: Hybrid Regimes after the Cold War"

Steven Levitsky, Lucan A. Way

2010 | Cambridge University Press | ISBN: 9781139491488

[17] "Conservative Parties and the Birth of Democracy"

Daniel Ziblatt

2017 | Cambridge University Press | ISBN: 978-1-107-00162-6



[18] "The Human Condition"

Hannah Arendt

1958 | University of Chicago Press | ISBN: 9780226586748



[19] "Eichmann in Jerusalem: A Report on the Banality of Evil"

Hannah Arendt

1963 | Penguin | ISBN: 9781101007167



[20] "The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You"

Eli Pariser

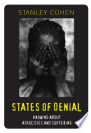
2011 | Penguin UK | ISBN: 9780241954522



[21] "Folk Devils and Moral Panics: The Creation of the Mods and Rockers"

Stanley Cohen

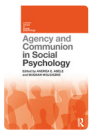
1972 | Taylor & Francis US | ISBN: 9780415610162



[22] "States of Denial: Knowing about Atrocities and Suffering"

Stanley Cohen

2001 | John Wiley & Sons | ISBN: 9780745656786



[23] "Agency and Communion in Social Psychology"

Andrea E. Abele, Bogdan Wojciszke

2014 | Routledge | ISBN: 9780203703663

[24] "Psychologia społeczna"

Bogdan Wojciszke

2011 | Wydawnictwo Naukowe Scholar | ISBN: 9788365390363

[25] "The Oxford Handbook of Social and Political Trust"

Eric M. Uslaner

2017 | Oxford University Press

[26] "The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding From You"

Eli Pariser

2011 | Penguin Books

[27] "Social Trust"

Kevin Vallier, Michael Weber

2021 | Routledge

[28] "The Quality of Life: An Introduction to Advances in Quality of Life Studies"

Robert J. Michalos

2014 | Springer



[29] "Where is the Good in the World? Ethical Life between Social Theory and Philosophy"

David Henig, Anna Strhan, Joel Robbins

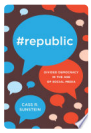
2022 | Berghahn Books | ISBN: 9781800735514



[30] **"Anger and Forgiveness: Resentment, Generosity, Justice"**

Martha Nussbaum

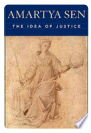
2016 | Oxford University Press | ISBN: 9780199335879



[31] **"#Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media"**

Cass R. Sunstein

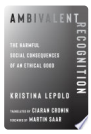
2017 | Princeton University Press | ISBN: 9780691175515



[32] **"The Idea of Justice"**

Amartya Sen

2010 | Harvard University Press | ISBN: 9780674036130



[33] **"Ambivalent Recognition: The Harmful Social Consequences of an Ethical Good"**

Kristina Lepold

2023 | Columbia University Press | ISBN: 9780231561662

Artykuły naukowe

Autorzy przywoływani:

[1] **"Soziologische Aufklärung"**

Niklas Luhmann

1970

Google Scholar

[2] **"Positive-negative asymmetry in evaluations: The distinction between affective and informational negativity effects"**

G Peeters, J Czapinski

1990 | European review of social psychology

[3] **"Diagnoza Społeczna 2011. Warunki i Jakość Życia Polaków"**

J Czapiński, T Panek

2011 | Contemporary Economics

[4] **"Hooligans, vandals and the community: a study of social reaction to juvenile delinquency"**

Stanley Cohen

1969 | The London School of Economics and Political Science (LSE)

[5] "Knowing Enough Not to Feel Too Much"

S. Cohen, B. Seu

2002

[6] "Habitual Generation of Filter Bubbles: Why is Algorithmic Personalisation Problematic for the Democratic Public Sphere?"

Tamas Bognar

2021 | Taylor & Francis Online

Google Scholar

[7] "Living with television: The violence profile"

George Gerbner, Larry Gross

1976 | Journal of Communication

[8] "Cultivation analysis: An overview"

George Gerbner

1998 | Mass Communication and Society

[9] "The Impact of Collective Trauma on Mental Health Psychology Practitioners' Wellbeing: Insights Gained from Covid-19"

Salma Patel, Nasreen Ali, Khadija Bham, Fatima Seedat

2025 | SSM - Qualitative Research in Health

Google Scholar

[10] "Multiple meanings of behavior: Construing actions in terms of competence or morality"

Bogdan Wojciszke

1994 | Journal of Personality and Social Psychology

[11] "Belief in a zero-sum game as a social axiom: A 37-nation study"

J. Różycka-Tran, P. Boski, B. Wojciszke

2015 | Journal of Cross-Cultural Psychology

[12] "The filter bubble and its effect on online personal health information"

H. Holone

2016 | Croatian Medical Journal

[13] "What is Existenz Philosophy?"

Hannah Arendt

1946

[14] "Thinking and Moral Considerations"

Hannah Arendt

1971

[15] "Psychological and social analysis of collective trauma: the enduring lessons learned 20 years after the September 11th, terrorist attacks"

Not specified

2021 | Reflexão

Google Scholar

[16] "MENTAL HEALTH AFTER TRAUMA: INDIVIDUAL AND COLLECTIVE DIMENSIONS"

Iryna Vaschuk, Oksana Doichyk

2022 | Wiadomości Lekarskie

Google Scholar

[17] "Individual differences in need for cognitive closure"

Donna M. Webster, Arie W. Kruglanski

1994 | Journal of Personality and Social Psychology

Google Scholar

[18] "Cognitive and Social Consequences of the Need for Cognitive Closure"

Donna M. Webster, Arie W. Kruglanski

1997 | European Review of Social Psychology

Google Scholar

[19] "Ekonomia szczęścia i psychologia bogactwa"

Janusz Czapiński

2012 | Nauka | DOI: 10.1000/xyz

Google Scholar

[20] "Social Capital and Economic Growth: A Review"

S. Durlauf

2016 | Journal of Economic Perspectives

Google Scholar

[21] "The New Competitive Authoritarianism"

Steven Levitsky, Lucan A. Way

2020 | Journal of Democracy | DOI: 10.1353/jod.2020.0004

Google Scholar

[22] "Informal Institutions and Comparative Politics: A Research Agenda"

Steven Levitsky, Gretchen Helmke

2004 | Perspectives on Politics | DOI: 10.1017/S153759270404036X

Google Scholar

[23] "Moral thinking, fast and slow"

Hannes Sauer

2018 | Ethical Theory and Moral Practice

Google Scholar

[24] "When Should the Majority Rule?"

Steven Levitsky, Daniel Ziblatt

2025 | Journal of Democracy | DOI: 10.1353/jod.2025.a946665

Google Scholar

[25] "Wealth of Tongues: Why Peripheral Regions Vote for the Radical Right in Germany"

Daniel Bischof, Hanno Hilbig, Daniel Ziblatt

2023 | American Political Science Review | DOI: 10.1017/S000305542300055X

Google Scholar

[26] "Instrumentalism in the Social and Moral Sciences"

Anonymous Author

2024 | Philosophy of the Social Sciences

Google Scholar

[27] "MinMax fairness: from Rawlsian Theory of Justice to solution for algorithmic bias"

F. Barsotti, R. G. Koçer

2024 | AI & SOCIETY

Google Scholar

[28] **"Exposure to ideologically diverse news and opinion on Facebook"**

Eytan Bakshy, Solomon Messing, Lada A. Adamic

2015 | Science

Google Scholar

[29] **"Human rights and crimes of the state: the culture of denial"**

Stanley Cohen

1993 | Australian and New Zealand Journal of Criminology | DOI: 10.1177/000486589302600201

Google Scholar

[30] **"Intellectual Scepticism and Political Commitment: The Case of Radical Criminology"**

Stanley Cohen

1990 | Institute of Criminology, University of Amsterdam

Google Scholar

[31] **"The Normative Common Ground: Blame and Communication"**

Taylor Madigan, Edward Schwartz

2025 | Ethics

Google Scholar

[32] **"The primacy of communion over agency and its reversals in evaluations"**

Bogdan Wojciszke, Andrea E. Abele

2008 | European Journal of Social Psychology | DOI: 10.1002/ejsp.549

Google Scholar

[33] **"Two dimensions of interpersonal attitudes: Liking depends on communion, respect depends on agency"**

Bogdan Wojciszke, Andrea E. Abele, Wiesław Baryła

2009 | European Journal of Social Psychology | DOI: 10.1002/ejsp.595

Google Scholar

Tekst opracowany z udziałem sztucznej inteligencji.
Redakcja i kontrola merytoryczna: Fundacja Dobre Państwo.
APA ONE Publishing System
Fundacja Dobre Państwo © 2026
Article ID: 264d1014-86fc-4071-9c9b-8ad7cc6a560e