



CORAZONES Y MENTES FUERA Y DENTRO DE INTERNET

Capítulo 3:

**DISONANCIA COGNITIVA: NUESTRO GRUPO NO
SIEMPRE TIENE RAZÓN.**

Capítulo 3

DISONANCIA COGNITIVA: NUESTRO GRUPO NO SIEMPRE TIENE RAZÓN.

Gran parte de **nuestra identidad se conforma según los grupos sociales a los que pertenecemos** y es lo que llamamos **identidad social**. Esta pertenencia genera ciertos efectos de los que no somos del todo conscientes:

- Como mencionamos en el apartado anterior, **tendemos a tener más apertura frente a las personas que tienen ideas u opiniones afines a las de nuestros grupos** y solemos cerrarnos más ante aquellas personas que tienen ideas opuestas.
- Acostumbramos a **aceptar sin cuestionar todas las posturas y opiniones que surgen en esos grupos** cuando queremos **demostrar lealtad**, aunque eso signifique apoyar ideas con las que, en el fondo, no estamos muy de acuerdo y/o son información falsa.

El deseo de pertenencia a un grupo con el que nos sentimos identificados nos puede llevar a **priorizar la lealtad por sobre la reflexión y el pensamiento crítico**. Cuando sentimos que el grupo está siendo cuestionado por una perspectiva distinta, y no nos detenemos a reflexionar, **no podemos reparar en el valor que puedan llegar a tener esas otras ideas** sino que, de manera automática, **asumimos que la otra persona está equivocada**.

Cuando esto sucede, terminamos **discutiendo identidades en lugar de ideas** y, de esa manera, nos privamos de incluir y difundir otros puntos de vista, dificultando la circulación de información diversa.

Esta dinámica está muy presente en el ecosistema de las **redes sociales** donde las etiquetas que indican pertenencia se exponen con orgullo y la **demanda de inmediatez dificulta la pausa de la reflexión**.

Lo cierto es que **no hay grupos que siempre tengan razón y otros que nunca la tengan** y, sobre todo, que el hecho de **ser parte de un grupo no nos asegura saber qué debemos pensar u opinar sobre un tema**.

Cuando, frente a determinadas cuestiones, **elegimos no tomar postura o ponemos en duda lo que opina nuestro entorno** y seres queridos, nos enfrentamos a lo que se llama **disonancia cognitiva**. La disonancia

cognitiva es la **tensión o desarmonía interna** cuando quedamos frente a dos pensamientos que chocan, que son incompatibles, o frente a comportamientos que entran en conflicto con nuestras creencias.

El deseo de pertenecer suele ser instintivo y **cuestionar lo que dicen las personas en las que confiamos es incómodo** y puede generar tensión. Por eso, a veces, **nos callamos aunque sepamos que estamos equivocados**. Cuanto mayor es el conflicto entre dos opiniones contrarias, las personas nos aferramos a nuestros grupos. Esto hace que perdamos registro de que esos **“otros”** son personas muy parecidas a nosotros (**¡nos olvidamos de la empatía!**) y que, **quizás, sus ideas son interesantes y valen la pena**.

Además, al asociar a esas personas con características negativas, sólo por el hecho de pertenecer a otro grupo, estamos activando el **sesgo de confirmación** y perjudicando nuestra capacidad de escucha y, en consecuencia, de pensar reflexivamente.

Permitirnos **cuestionar nuestras perspectivas e identidades es una manera de respetar a los demás**, porque significa que consideramos **sus opiniones** y que nos concentramos en **identificar lo interesante de las ideas**, más allá de quien las exprese.

En definitiva, lo importante es evaluar las opiniones, información e ideas en función de muchos otros factores y no sólo según quien las expresa porque, de lo contrario, estaríamos ajustando los hechos **de la realidad a la visión que nosotros y nuestro grupo de pertenencia tiene del mundo**.

¿ENTONCES?

Una de las cosas que podemos hacer para lidiar con la disonancia cognitiva es **darnos tiempo para la introspección**: preguntarnos y analizar en qué medida nuestro deseo de pertenecer está influyendo en nuestra postura. El objetivo debe ser **acercarnos a información lo más verdadera posible y que eso no se sienta como una traición** a nuestra identidad, individual o social.

Otra actitud importante es reconocer la existencia de la diversidad: existen infinitas posturas distintas a la nuestra. A la vez, **reconocer que la diversidad nos enriquece**, que **si sólo nos comunicamos con quienes**

integran nuestros grupos perdemos todo lo bueno que nos ofrece lo distinto.

En redes sociales, por ejemplo, esta idea se materializa siguiendo cuentas de personas que opinan de manera totalmente opuesta a la de nuestro grupo para no perder el contacto con estas otras perspectivas que, en ocasiones, nos pueden marcar un camino interesante o, al menos, sugerente.