INFOGRAPHIC POLARISATIECAMPAGNE 2026

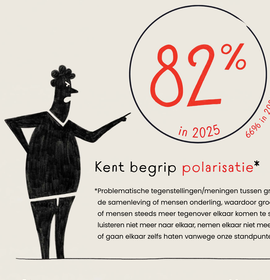
0-meting DVJ Insights i.o.v. SIRE & quotes

januari 2026

verlies elKaar niet

als polarisatie dichtbij komt

SIRE
DE MAATSCHAPPIJ
DAT BEN JIJ

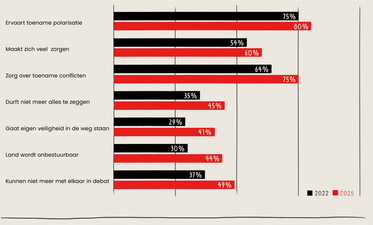


Kent begrip polarisatie*

*Problematische tegenstellingen/meningen tussen groepen in de samenleving of mensen onderling, waardoor groepen en/of mensen steeds meer tegenover elkaar komen te staan. We luisteren niet meer naar elkaar, nemen elkaar niet meer serieus of gaan elkaar zelfs haten vanwege onze standpunten.

Steeds meer mensen ervaren effecten polarisatie

In 2022 ervoer al 75% een toename in polarisatie. Dit is in 2025 significant gestegen tot 80%.
Dat betekent dat 4 op de 5 Nederlanders in 2025 een toename in polarisatie ervaart.



Stellingen extra effecten polarisatie

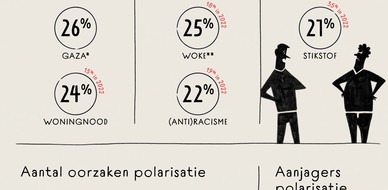
ik heb vooroordelen over iemand met een ander standpunt.

ik heb steeds minder begrip voor de mening van anderen.

ik ben mensen gaat haten vanwege hun mening.

Selectie thema's waarover Nederland verdeeld is

*Niet uitgevraagd 2022
**Bewuste houding t.o.v. discriminatie, racisme en ongelijkheid



Aantal oorzaken polarisatie

- We hebben minder respect voor elkaar 44%
- We accepteren minder dat we verschillende meningen hebben 33%
- Opvoeding 29%
- Toenemende kloof tussen arm en rijk 29%
- Geopolitieke conflicten (zoals Gaza/Oekraïne) 23%

Aanjagers polarisatie

- Social media 72%
- Politiek 69%
- Berichtgeving in de media 51%

Polarisatie in kleine kring

(familie, vrienden, college's, (sport)vereniging)

38% ervaart polarisatie in eigen omgeving

Effect:

1.000.000 mensen hebben **minder contact** met personen met andere mening

725.000 mensen hebben **contact verbroken** met personen met andere mening

Zelfkennis:

5,8 miljoen mensen geven aan soms of vaak zelf polariserend te denken/handelen, ruim 1.100.000 meer dan in 2022.

In hoeverre denkt u dat de volgende acties polarisatie zouden verminderen?

- Meer respect voor andere meningen 76%
- Beter luisteren naar de ander 75%
- Respecteren verschillen tussen mensen 74%
- Betere filtering haatberichten door sociale mediaplatforms 67%
- Journalisten/media moeten streven naar neutrale en objectieve berichtgeving 66%
- Actief zoeken naar gemeenschappelijke waarden en belangen 64%
- Minder extreem taalgebruik door de politiek 63%
- Het erover eens zijn dat je het niet eens wordt over een onderwerp 63%

Nederland wil een vriendelijkere samenleving en geen verharding

- Ik sta open voor andersdenkenden 65%
- Ik kan het hartgrondig oneens zijn met iemand, maar toch respect voor diegene hebben 67%
- Ik luister naar de mening van anderen en probeer me daarin te verplaatsen 60%
- Ik probeer bij verschil van mening te voorkomen dat de sfeer minder goed wordt 59%

"Sociaal & Cultureel Planbureau: "Nederlanders vrezen dat we richting een geopoliteiserde samenleving bewegen, maar willen juist meer verbondenheid. 55% van de Nederlanders vindt dat het de verkeerde kant opgaat met ons land. Mensen maken zich zorgen over verharding en moreel verval: teloorgang van onze normen en toename van scheidslijnen en agressie. Tegelijkertijd is ook aangetoond dat de meeste Nederlanders hun medemens vertrouwen. Mensen kunnen verschillend denken over economische of ecologische doelen, maar bijna iedereen wil een vriendelijkere samenleving en geen verharding. Mensen vinden het lastig dat het tegenwoordig lijkt alsof je 'voor' of 'tegen' moet zijn. De meesten denken genuanceerder en zouden dat graag terugzien in het publieke en politieke debat."

12 manieren om elKaar niet te verliezen

op SIRE.nl

1. Zie een discussie niet als een wedstrijd
2. Probeer de ander niet te overtuigen van jouw gelijk
3. Vraag waarom het onderwerp de ander zo beïnghoudt
4. Zie de ander niet als iemand die hoort bij 'die groep'
5. Laat elkaar uitpraten
6. Tel tot tien als je iets leliijks dreigt te zeggen
7. Accepteer dat we nou eenmaal verschillen
8. Parkeer het onderwerp even
9. Benoem de hechte band die jullie hebben
10. Geef op een kalme manier aan dat het je raakt zo tegenover elkaar te staan
11. Word het eens dat je het niet eens bent met elkaar
12. Spreek af hoe lang je samen over het onderwerp praat

Prof. Dr. Kees van den Bos

Hoogleraar Bestuurs- en Organisatiewetenschap, Universiteit Utrecht, schrijver: 'Ellaar eerlijk behandelen: Wantrouwen, polarisatie en complotdenken voor zijn':

"Als we polarisatie willen voorkomen dan is het belangrijk om echt te verdiepen in andere meningen. Niet te snel denken dat andere ideeën onzin of immoreel zijn. Luister eerst naar anderen. Geef daarbij aan dat je respectvolle gesprekken wil, met respect voor belangrijke democratische normen en waarden."

Bronnen

1. 0-meting DVJ Insights december 2025 i.o.v. SIRE.
   Onderzoeksverantwoording: Methode: online kwalitatief onderzoek. Steekproef N=1.031. Samenstelling: Nederlanders >18 jaar, representatief voor geslacht, leeftijd, Nielsen regio en opleiding. Referentie: Gouden Standaard.
2. Nieuwsbericht Sociaal & Cultureel Planbureau, 15 oktober 2025.
3. Prof. Dr. Kees van den Bos, Universiteit Utrecht.

SIRE DE MAATSCHAPPIJ DAT BEN JIJ

#verlieseLKaarniet