**W internecie spędzamy coraz więcej czasu. Tutaj poszukujemy rozrywki, budujemy relacje, tworzymy treści i pokazujemy siebie. Nie zawsze z dobrej strony. Bywa, że świadomie albo nie, wcielamy się w sieci w rolę hejtera. Czy hejtując innych możemy coś stracić? Czy hejtowanie wpływa na nasz wizerunek?**

****

**Hejt, czyli obrażanie, ośmieszanie czy poniżanie innych to jedna z form cyberprzemocy.** Poczucie anonimowości jakie daje internet wzmacnia takie zachowania. Niektórzy internauci stosują pewnego rodzaju podwójne standardy w komunikacji, dzieląc ją na offline i online. Oznacza to, że w sieci pozwalają sobie na zupełnie inne zachowania niż w bezpośrednich kontaktach z ludźmi. Częściowo taki stan rzeczy można wyjaśnić tzw."efektem kabiny pilota". Badania (Walrave i Heirman, 2009) pokazały, że piloci bombowców w trakcie II wojny światowej bombardowali miasta, nie ponosząc przy tym kosztów emocjonalnych (w przeciwieństwie np. do żołnierzy piechoty lądowej), ponieważ nie widzieli cierpienia swoich ofiar. Podobnie jest  w  przypadku hejtu w sieci. Hejter nie widzi krzywdy, którą wyrządza odbiorcy, często więc nie zdaje sobie sprawy jak bardzo raniące mogą być jej/jego słowa czy zachowania.

**Hejter czy kolega?**

Hejt bywa często reakcją na nudę, sposobem na zdobycie pozycji w sieci, pokazaniem znajomym swojej siły, odreagowaniem swoich niepowodzeń, przejawem zazdrości. Zazwyczaj jest zachowaniem nieprzemyślanym, podejmowanym pod wpływem różnych emocji. Jakie mogą być konsekwencje takich działań? Wyobraź sobie, że odkrywasz, że twój znajomy hejtuje innych internautów. Czy możesz być pewny, że nie będziesz jego kolejną ofiarą? Czy też zaczynasz myśleć, że "skoro innym to robi, może podobnie zachować się wobec mnie"? Ktoś kto obraża, ośmiesza innych, wulgarnie się wypowiada nie wzbudza zaufania. Wizerunek takiej osoby w naszych oczach  diametralnie się zmienia. Trudno przecież myśleć o przyjaźni z osobami, które zachowują się w taki sposób. Warto również zastanowić się nad tym, jak hejty mogą wpłynąć na nasz wizerunek w przyszłości, np. za kilka lat, kiedy będziemy starać się o przyjęcie na studia czy brać udział w procesie rekrutacyjnym do naszej pierwszej pracy. Zasada, że treści, które trafiają do internetu, zostają tam na zawsze, dotyczy również naszych komentarzy.

**Blisko w sieci**

Internet jest przestrzenią, która daje możliwości podtrzymywania kontaktów ze znajomymi, poznawania ludzi czy kontynuowania znajomości z osobami, które  spotkaliśmy np. na imprezie czy wakacjach. "Człowiek to istota społeczna" pisał psycholog Elliot Aronson. To naturalne, że chcemy otaczać się znajomymi, mieć przyjaciół. Z bliskimi osobami chętnie spędzamy wolny czas, w trudnych chwilach możemy liczyć na ich wsparcie. Dlatego też podejmujemy różne działania - w sieci i poza nią - żeby mieć wokół siebie przyjaznych nam ludzi. Pozytywny wizerunek online, podobnie zresztą jak i offline, sprzyja zawieraniu znajomości i byciu lubianym. To, w jaki sposób będą nas odbierać inni użytkownicy sieci zależy od nas i od naszego zachowania. Warto o tym pamiętać podejmując różne działania w sieci i wykorzystać możliwości, jakie daje internet w pozytywny sposób.

Żródło:

<https://116111.pl/problemy/nie-hejtuj-zyskaj-przyjaciela,aid,159>