

Hejt, czyli o mowie nienawiści w internecie.

Przyczyny i konsekwencje hejtu.



Autor: thinkstockphotos.com Hejt może być wynikiem niedojrzałości emocjonalnej.

Hejt to pełne nienawiści, pogardy, złości działanie danej osoby w Internecie. Hejt może być skierowany zarówno wobec konkretnej osoby, jak i przedstawicieli danego narodu, płci, osób o innym światopoglądzie niż ten reprezentowany przez hejtera, wyznawców danej religii czy grupy politycznej, a nawet znajomych osoby hejtującej - obiektem hejtu może stać się każdy.

Jakie są przyczyny hejtu i jak sobie z nim radzić, jeśli staniemy się jego ofiarami?

Hejt ("hate") z języka angielskiego oznacza "nienawiść", a słowem tym określamy jej szerzenie w internecie. Hejt może się przejawiać nie tylko za pomocą słów, ale i grafik (memów, gifów) czy filmów - w tych dwóch ostatnich przypadkach niestety łatwiej zapada w pamięć. Warto jednak dodać, że treści dodawane przez hejterów nie mają żadnej wartości merytorycznej, są wyłącznie treścią ukierunkowaną przeciwko danej osobie lub grupie osób. Choć, jak zaznaczają twórcy raportu "Mowa nienawiści, mowa pogardy"¹właściwsze zamiast "nienawiści" byłoby mówienie o "pogardzie", ponieważ to na tej emocji budowane są działania hejterów. Pogarda wyklucza reakcje empatyczne i dąży do uprzedmiotowienia drugiej osoby.

Termin "hejt" pojawił się w powszechnym użyciu na początku XXI wieku.

Polski hejter to mężczyzna (panowie stanowią 53% hejterów) w wieku od 16 do 24 lat (aż 73% hejtujących), który ma wykształcenie średnie ogólnokształcące (35%). Co piąty ma wykształcenie wyższe. Publikuje on negatywne posty kilka razy w tygodniu. Taki profil hejtera stworzyła Agencja Badań Rynku i Opinii SW Research, na podstawie wywiadów z grupą ponad 6,5 tys. internautów.

Jak często hejtujemy w internecie? Wbrew pozorom okazuje się, że hejterzy wcale nie są w większości. Choć na niektórych stronach internetowych stanowią oni 25% wszystkich użytkowników, dzieje się tak głównie na dużych i publicznie dostępnych forach poświęconych polityce, traumie społecznej, poruszających kwestie światopoglądowe. Hejtu nie znajdziemy za to prawie w ogóle na portalach specjalistycznych, poświęconych np. konkretnemu hobby, zagadnieniu.

Jak jednak wynika z danych przedstawionych przez Uniwersytet SWPS, co czwarta osoba korzystająca z internetu padła ofiarą

hejtera, a 11% internautów przyznaje, że zdarza im się hejtować "w sieci"². Warto pamiętać, że hejterska treść jest następnie przez wiele innych osób udostępniana, a każda negatywna wiadomość, reakcja wpływa na nas silniej niż elementy pozytywne.

Jak udowadnia w swoim badaniu "Złe jest silniejsze od dobrego"³psycholog Roy F. Baumeister, każde negatywne doświadczenie odbieramy 5 razy mocniej niż pozytywne, np. utratę 100 zł przeżyjemy znacznie silniej niż wygranie takiej samej sumy. Nic więc dziwnego, że hejt tak mocno nas dotyka.

Przyczyny hejtu

Dlaczego hejtujemy w Internecie? Przyczyn może być wiele:

1. Hejtowanie... przynosi ulgę

Szwajcarscy naukowcy zbadali za pomocą rezonansu magnetycznego mózgi osób oszukanych w grze ekonomicznej. Osobom tym przekazano informację o możliwości ukarania oszusta, a na wiadomość tę zareagowało... jądro ogoniaste, czyli część tzw. układu nagrody znajdującego się w mózgu. Perspektywa shejtowania winowajcy wywołała wśród uczestników badania siłę, euforię, ulgę i poczucie sprawiedliwości. Tak samo reaguje nasz umysł, gdy hejtujemy w internecie - z tą poważną różnicą, że najczęściej hejtowana osoba nie wyrządziła nam realnej krzywdy, a np. śmiała mieć inne zdanie na jakiś temat, ładniej wyglądać, mieć więcej pieniędzy.

2. Każdy jest zdolny do czynienia zła

Hejter niekoniecznie musi być złym i pozbawionym empatii człowiekiem. Nierzadko ludzie, których w innych okolicznościach nazwalibyśmy dobrymi, gdy staną się uczestnikami określonej sytuacji, zachowują się zupełnie inaczej. Najlepszym potwierdzeniem tej tezy jest eksperyment słynnego psychologa Philipa Zimbardo. Biorące w nim udział 24 osoby, dokładnie wybrane z grupy ochotników, o dużej odporności psychicznej - zostały podzielone na

dwie grupy: więźniów i strażników, każda z osób miała grać swoją rolę. Uczestników eksperymentu umieszczono w mającej przypominać więzienie uniwersyteckiej piwnicy. "Więźniowie" już drugiego dnia eksperymentu się zbuntowali, na co strażnicy zareagowali, kierując na nich dwutlenek węgla z gaśnicy, rozbierając ich i wynosząc łóżka z cel oraz dzieląc "skazanych" na mniej i bardziej uprzywilejowanych. Eksperyment musiał zostać zakończony już szóstego dnia. Konkretna sytuacja sprawiła, że "zwykli" ludzie zamienili się w osoby chętnie i okrutnie krzywdzące innych. Podobnie dzieje się w internecie - gdy widzimy, że inni hejtują np. poprzez udostępnianie postu osoby hejtowanej, dołączamy do nich, mimo że w oderwaniu od innych internautów sami takiej treści byśmy nie stworzyli ani jej nie przekazywali dalej.

3. Anonimowość i pośredniość

Psycholog Steven Pinker dowodzi, że, choć mogłoby się wydawać, iż jest inaczej, tak naprawdę im bardziej nowoczesne czasy, tym mniej skłonni do nienawiści jesteśmy - od czasów biblijnych do dzisiaj obserwujemy ciągły spadek przemocy⁴. Tyle że obecnie mamy Internet - środek przekazu, który umożliwia rozpowszechnianie nienawistnych treści w sposób szybki, ale jednocześnie anonimowy i niebezpośredni - nie "prosto w twarz". Trudno byłoby powiedzieć spotkanej celebrytce, że jest głupia, nie stanowi jednak problemu umieszczenie takiego tekstu w internecie. "W sieci" możemy też być anonimowi - hejt niestety skutecznie dotrze do ofiary, ale ta nie zawsze będzie wiedziała, że jesteśmy jego sprawcami. Czujemy się bezkarni.

4. Stereotypy i uprzedzenia

Ofiarą hejtu może paść konkretna osoba, ale i grupy osób, najczęściej przedstawiciele mniejszości. W Polsce hejtu doświadczają przedstawiciele mniejszości narodowych i religijnych (żydzi, muzułmanie, Ukraińcy, Romowie), mniejszości seksualnych, osoby o innym kolorze skóry niż białe, a także uchodźcy. Stereotypy i

uprzedzenia powstają najczęściej, gdy brak wystarczającej wiedzy na dany temat, gdy dana osoba nigdy nie spotkała przedstawiciela mniejszości, którą hejtuje i z tych powodów posługuje się uproszczonymi schematami myślowymi. Kieruje nią strach przed innością - religijną, kulturową, seksualną oraz poczucie zagrożenia, krzywdy wywołane obecnością "obcych".

5. Zazdrość

Przyczyną hejtu może też być zazdrość, niezadowolenie ze swojej sytuacji życiowej, przykre doświadczenia. Z tego powodu hejtowane są osoby publiczne, celebryci, ale również znajomi, którzy osiągnęli sukces finansowy, mają ciekawą pracę lub udane życie prywatne. Hejt w takich przypadkach jest wynikiem frustracji, braku spełnienia w życiu.

Jakie są konsekwencje hejtu w internecie?

Choć samo dodanie pełnego nienawiści posta na Facebooku czy forum internetowym bądź udostępnienie takiej samemu sprawcy może wydawać się niegroźne, niesie za sobą ogromne konsekwencje w przypadku ofiar hejtu. Obniża się jej poczucie własnej wartości, staje się mniej odporna na czytane w internecie treści i zaczyna wierzyć, że stawianie oporu nie ma sensu. Poddawana hejtowi osoba często cierpi nabezsenność, żyje w ciągłym stresie, zaczyna bać się wyrażać własne zdanie w internecie. Może nawet dojść do izolowania się osobie poddanej internetowej agresji od reszty społeczeństwa, wystąpienia u niej nerwicy, depresji, a nawet prób samobójczych.

Jak walczyć z hejtem?

Najprostszą i zarazem najtrudniejszą odpowiedzią jest: unikać czytania negatywnych opinii, a zwłaszcza odpowiadania na nie. Nie bez powodu karierę robi hasło: "nie karmić trolla" - odpowiedź na agresję jeszcze bardziej agresora podburza. To jednak dla hejtowanej

i żyjącej w ciągłym napięciu osoby trudne zadanie - nie jest łatwo zignorować negatywne komentarze na swój temat.

Kolejnym wyjściem jest zgłoszenie pełnego hejtu wpisowi administratorowi danej strony, który nie tylko może usunąć konkretny komentarz, ale zablokować konto danej osoby. Możliwość zgłaszania hejtu mają też często postronni użytkownicy.

Ważna jest również profilaktyka - prowadzonych jest wiele akcji społecznych, warsztatów z zakresu przemocy w internecie, skierowanych przede wszystkim do młodzieży. Jednym z takich projektów są Cybernauci, realizowani przez Fundację Nowoczesna Polska.

Odpowiedzialność karna za hejt

Choć żaden z przepisów nie mówi konkretnie o hejcie, za zachowania, które mieszczą się w jego definicji, grożą konsekwencje prawne. Za zniesławienie i zniewagę w internecie można otrzymać karę grzywny lub usłyszeć wyrok ograniczenia lub pozbawienia wolności do roku. Za nawoływanie do nienawiści i dyskryminacji również grozi kara grzywny, ograniczenia wolności lub jej pozbawienia, ale do lat 2. Ofiara hejtu może również z własnej inicjatywy wnieść pozew o naruszenie jej dóbr osobistych przez hejtera.

Pozytywne oblicze hejtu?

Według niektórych naukowców wyrażanie przez hejterów nienawiści w internecie może uchronić przed jej eskalacją w "realu". Ktoś, kto da upust swoim agresji tworząc wpis online, może nie chcieć już powtarzać tego zachowania w rzeczywistości. Osoba, która dużo czasu spędza w internecie, siłą rzeczy stwarza mniej problemów w świecie rzeczywistym, ponieważ funkcjonuje w nim w ograniczonym

stopniu. Tezy te w niczym jednak nie umniejszają siły hejtu i nie polepszają samopoczucia osób go doświadczających.

Autor artykułu: Anna Sierant

[/www.poradnikzdrowie.pl/psychologia/emocje/hejt/](http://www.poradnikzdrowie.pl/psychologia/emocje/hejt/)

Źródła:

1. Raport przygotowany przez Centrum Badań nad Uprzedzeniami we współpracy z Fundacją im. Stefana Batorego i dotyczący zjawiska przemocy werbalnej wobec przedstawicieli grup mniejszościowych dostępny na stronie: <https://www.rpo.gov.pl/sites/default/files/Raport%20Mowa%20Nienawi%C5%9Bci%2C%20Mowa%20Pogardy%2C%2027.02.2017.pdf>
2. Dostęp do informacji na stronie: <http://www.centrumprasowe.swps.pl/3840-nowe-imie-nienawisci-hejt>
3. Dostęp do badania na stronie: <http://assets.csom.umn.edu/assets/71516.pdf>
4. Wystąpienie psychologa na konferencji TED dostępne pod tym linkiem: https://www.ted.com/talks/steven_pinker_on_the_myth_of_violence?language=pl