Сегодня мы с вами обсудим негативные комментарии в сети. В современном сленге ненавистник, агрессивный комментатор называется хейтер.

Хейтеры как правило не заботятся какие чувства их слова вызовут у человека.

И сейчас необязательно быть знаменитой личностью, чтобы вас хейтили. Хейтера можно встретить и на обычной странице. Это могут быть ваши знакомые, бывшие друзья или же просто незнакомый человек.

Давайте же разберем кто и зачем оставляет злобные комментарии?

Тип 1: люди с негативным типом мышления. Они привыкли видеть плохое везде, где только можно, и, соответственно, негативно на все реагировать. Фокус их внимания всегда сосредоточен на том, что не так.

Тип 2: люди, которые хотят повысить свою значимость. Они закипают внутри, если видят, что вы в чем-то лучше или имеете больше, чем они. Отмечая публично чужие слабости, они пытаются показать свое превосходство и силу.

Тип 3: люди, которые ищут славы. Они надеются, что пост с их комментарием наберет тысячи лайков или кто-то сделает скриншот их мнения в медиа. А, как известно, негативом привлечь внимание гораздо проще, чем позитивом.

Как отличить конструктивную критику от хейта?

Для того чтобы отличить доброжелательного человека от хейтера, достаточно установить для себя определенный «фильтр». Состоит он из следующих вопросов:

1. Является ли человек экспертом в той теме, на которую оставляет комментарий? Если нет, то какой смысл принимать его мнение во внимание?

2. Пытается ли человек оскорбить вас или с позитивными намерениями проясняет, что конкретно не понравилось или вызвало несогласие?

Например: «Я ничего не понял из вашей статьи – сплошная вода», – здесь читатель не хвалит, но выражает мнение, что в статье мало конкретики. «Бред какой-то», – а вот это уже голос хейтера.

Как правильно реагировать, если хейтер появился?

1. В первую очередь можете порадоваться – вас читают/смотрят. То, о чем вы пишете, волнует людей.

2. Если комментарий конструктивный, рассматривайте его как приглашение к диалогу – доносите свою мысль, беседуйте. Такие разговоры могут стать отличной возможностью разъяснить для себя что-то дополнительно: близкие могут чего-то не сказать, себя любимую сложно оценивать, а тут – такой подарок судьбы.

3. Если видите, что перед вами стопроцентный хейтер – не подливайте масла в огонь, ведь именно этого он ожидает. Он хочет вывести вас из равновесия и заставить играть на своих условиях. Злобный ответ не только не решит проблему, но и заставит вас почувствоваться себя еще хуже. Если не можете сдержаться, напишите эмоциональный ответ, но не публикуйте его. Подождите до завтра, а в это время сосредоточьтесь на вещах, которые действительно важны для вас. Затем сотрите то, что было написано на эмоциях.

4. Никогда не отвечайте агрессией, иронией и поучениями. Если, конечно, не хотите нарваться на новые обиды в расширенных масштабах. Задумайтесь лучше, стоит ли вообще негативный комментарий вашей реакции, ведь хейтер только этого и ждет. Не вдавайтесь в горячие дискуссии в публичном формате. Вы не обязаны реагировать на каждый комментарий.

Как написать конструктивный комментарий?

Если вам что-то не нравится, но при этом вы боитесь обидеть человека, то лучше не пишите вообще ничего. Никогда не знаешь, что подумает и с какой интонацией человек воспримет комментарий.

Но если вам все-таки важно по какой-либо причине высказать свою позицию, то разумнее сделать это следующим образом:

1. Во-первых, поинтересуйтесь, желает ли вообще человек принять от вас конструктивный совет. Если да, то начните с того, что это – всего лишь ваше личное мнение.

2. Высказывайте комментарий с нейтральной позиции, то есть исключите любые оскорбления, которые негативно окрашивают увиденное или прочитанное.

3. Пишите от себя: «Я считаю, что…» или «По-моему…». Уберите обобщения. Вариант в стиле «все знают, что …» не годится.

4. Будьте конкретны. Перечислите то, с чем вы не согласны, и объясните почему. Комментарий вроде «странное какое-то видео» – ни о чем. Лучше обратите внимание человека на то, что подлежит совершенствованию, и предложите решение.

5. Напишите свое мнение автору в личном сообщении или по почте, предложив помощь. Такая форма комментария будет гораздо приятнее, чем публичная необоснованная критика.