

УДК 316.628:331.101.3

ИСТОРИКО-СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ФЕНОМЕНА ДАУНШИФТИНГА  
КАК НОВОГО ДВИЖЕНИЯ В КАРЬЕРЕ УСПЕШНОГО ЧЕЛОВЕКА*О. Ю. Корниенко*HISTORICAL AND SOCIOLOGICAL ANALYSIS OF THE PHENOMENON OF DOWNSHIFTING  
AS A NEW MOVEMENT IN A SUCCESSFUL PERSON'S CAREER*O. Yu. Kornienko*

Автор данной статьи прослеживает формирование такого феномена как дауншифтинг. Речь идет о добровольном, а не о вынужденном отказе от высоких доходов и напряженной деятельности. Целью статьи является историко-социологический анализ феномена дауншифтинга как нового движения в карьере успешного человека. На основе данного анализа автор приходит к выводу, что внимание к обозначенной проблематике позволят выявлять зоны повышенной напряженности в системе трудовых отношений.

The paper traces the formation of such a phenomenon as downshifting. That is a voluntary, not forced refusal from higher earnings and strenuous activities. The paper is aimed at a historical and sociological analysis of the phenomenon of downshifting as a new movement in a successful person's career. Based on this analysis, the author comes to the conclusion that the attention to the researched issues will reveal zones of heightened tension in the system of labour relations.

**Ключевые слова:** карьера, успех, работа, отдых, труд, деньги, дауншифтинг, свобода, хроническая усталость.

**Keywords:** career, success, work, leisure, money, downshifting, freedom, chronic fatigue.

На всем протяжении истории появлялись идеи, которыми увлекались люди. Они появлялись, как новые социальные явления, тенденции, захватывающие сознание людей, или, как просто банальное подражание моде. Эти идеи переходят в новые течения, субкультуры или какие-либо другие социальные явления. При описании актуального состояния социума используют множество различных характеристик. Одними из таких характеристик являются социальные изменения, в результате которых возникает такой феномен в жизни общества как дауншифтинг. Это движение зародилось достаточно давно вместе с другими альтернативными стилями жизни, но стало особенно популярным в начале XXI века.

Несмотря на то, что движение зародилось достаточно давно, сейчас нет единого понимания сути течения дауншифтинга. Существует масса мифов, домыслов и различных представлений, которые доказывают слабое развитие данного направления. Именно поэтому заявленная тема является актуальной и интересной.

Целью данной статьи является историко-социологический анализ феномена дауншифтинга как нового движения в карьере успешного человека.

Отношение к труду всегда было определяющим вектором человеческого существования. Несмотря на то, что с момента своего появления человек вынужден был тяжким трудом «добывать пропитание себе», само отношение к труду претерпевало изменения на протяжении истории человечества. В древнейших мифах Месопотамской культуры создание человека осмысливается в контексте его трудовой деятельности, причем, носящей принудительный, непрерывный характер. Ведь, изначально, боги творят человека именно для того, чтобы он работал на них. Уже на ранних этапах исторического развития человек воспринимал труд и трудовую деятельность в целом, ес-

ли, не как наказание, то, по крайней мере, как неизбежную необходимость. Дальнейший ход истории человечества демонстрирует, по меньшей мере, два вида восприятия труда человеком. Условно говоря, их можно обозначить как «труд-благо» и «труд-наказание». Если обратиться к истокам европейской культуры, а именно к периоду ее формирования, то уже на этапе греческой архаики обнаруживают себя оба указанных типа восприятия. Так, в выражении Гесиода: «Трудись – и преуспеешь», сконцентрировалась позиция земледельческого населения полиса, для которого сам по себе физический труд, безусловное наказание, но он же, и способ достижения богатства и, в конечном итоге, возможность добиться положения в обществе. В труде как таковом нет ничего позорного, но презрение к трудовой деятельности в эпоху Античности было очень велико [2, с. 169 – 176].

Средние века в целом продолжают традицию пренебрежительного отношения к труду, характерную для поздней Античности. Но в XI – XIII в. происходит то, что с полным правом можно назвать «революцией в умах». Происходит постепенное обретение ценности труда, касающееся вначале только лишь представителей третьего сословия, да и то, в наиболее урбанизированных областях христианского мира, как, например, в Италии. В эпоху позднего Средневековья начинает складываться то отношение к труду, которое в полной мере можно наблюдать в посттрансформационное время в среде протестантов. Трудовая протестантская этика во многом способствовала сложению того типа капитализма, который обнаруживается в Западной Европе, и для которого характерно признание труда в качестве одной из главных добродетелей. Нельзя упускать из внимания то влияние, которое оказало на формирование нового отношения к труду французское Просвещение, в частности, изданный просветителями «Толковый словарь наук, искусств и

ремесел», поставивший ручной труд на одну ступень с искусством. «Энциклопедия» открыла новый взгляд на труд, сделав его предметом описания. Само же понятие труда, в качестве предмета философско-теоретического анализа, появилось позднее, в работах таких ученых, как Зиммель, Вебер, Маркс и др. Включение данного понятия в обширный теоретический дискурс стало показателем изменившихся социально-политических условий и историко-культурной ситуации в целом. Для большинства людей труд по-прежнему предстает как усталость, тяжесть, трудность. Подчеркивая значимость труда, как одной из трансценденталий наряду с жизнью и языком, для новой эпохи, Фуко писал, что начиная с Рикардо, труд, отстранившийся от представления и обосновавшийся в той области, где она не имеет власти, организуется уже в соответствии со своей собственной причинностью.

Из непрерывной длительности, сопровождающей человека на протяжении всей жизни, трудовая деятельность постепенно начинает обретать дискретность, распадаясь на сферы строгой заданности и возможной вариативности.

Анализируя специфические особенности информационного, сетевого общества, Кастельс отмечает, что одной из главных черт информационно-технологической парадигмы, которая и лежит в его основе, является гибкость. Причем, гибкость относится как к системе производства и общества в целом, так и к системе труда и рабочего времени.

Исследования, проведенные в индустриально развитых странах, показали, что в последние десятилетия прошлого века появилась тенденция к сокращению рабочего времени совместно с возрастающим разнообразием рабочих графиков. Постепенно происходит дифференциация продолжительности рабочего времени среди различных рабочих групп. Наряду с существованием стандартизированных жестко фиксированных графиков работы все более возрастает доля гибких временных графиков. В новых условиях меняющихся производственных отношений возможно прогнозировать, что рабочее время в своем традиционном понимании будет постепенно терять центральное положение во времени жизни индивида. Но при этом необходимо отметить, что речь идет в первую очередь, о времени, связанном с нормированным рабочим днем. Тогда как переход к гибким графикам приведет к увеличению трудовой нагрузки, что особенно заметно уже для управленческих позиций. И в этом случае наблюдается совершенно обратная ситуация, когда ненормированный рабочий день полностью подменяет собой время жизни. Подобное положение дел не является абсолютно новым, но то отношение к труду и трудовому времени, которое прежде было распространено в интеллектуальной и творческих сферах труда, теперь востребовано повсеместно. Превращение досуга в труд для тех, кто не мечтал с детства стать менеджером высшего звена на предприятии, оборачивается парадоксальной ситуацией, когда не труд становится наказанием, а вся жизнь превращается в него. Не удивительно, что именно в сложившейся ситуации начинает склады-

ваться традиция нового отношения к труду и досугу, носителем которой стало движение «дауншифтинга».

О дауншифтинге как об особом движении заговорили после появления книги Эми Солтсмен «Дауншифтинг: достижение нового успеха на пониженной передаче», впервые изданной в 1990 г. в США и ставшей национальным бестселлером. В книге были сформулированы пять основных общих принципов дауншифтинга:

- 1) добровольно сделать «шаг назад»,
- 2) вернуться к спокойному стабильному состоянию,
- 3) снизить хотя бы на время требования к карьере,
- 4) уехать из большого города,
- 5) найти себе работу на дому на принципах самозанятости.

Книга помогла спонтанным дауншифтерам начала 1990-х осознать себя как общность, поэтому и считается, что с этого момента начинается история самого дауншифтинга как отдельного движения.

После того, как в 1990-е дауншифтинг начал привлекать к себе все большее внимание, началось исследование этого явления социологами и психологами. Следует отметить статью Амитаи Этциони, известного израильско-американского социолога, в которой он выделяет три типа дауншифтеров:

- 1) собственно дауншифтеры (представители различных социальных слоев, принявшие решение изменить темп работы с целью получить больше свободного времени при снижении доходов);
- 2) сторонники радикального упрощения образа жизни (высокооплачиваемые топ-менеджеры, бизнесмены, юристы, представители шоу-бизнеса), разочаровавшиеся в своей деятельности и решившие все бросить;
- 3) участники «движения простой жизни», избравшие этот путь на основании тех или иных убеждений, обычно достаточно устойчивых и образующих определенную систему (эти убеждения чаще всего связаны с экологическими идеями или с духовными поисками).

Хотя масс-медиа и реклама активно внушают, что объем денежных потоков является основным показателем успеха, и для полноценной жизни нужно стремиться как можно больше тратить денег на товары и услуги (и, соответственно, все больше зарабатывать), потребности при этом постоянно возрастают. Стремление к максимизации потребления приводит к тому, что приходится работать гораздо больше, чем десять или двадцать лет назад, однако количество долгов и банкротств возрастает. Не удивительно, что все чаще это воспринимается как бессмысленная гонка, и многие из опрошенных хотели бы разорвать этот замкнутый круг. Профессиональный успех и высокий уровень доходов обычно связаны с высоким уровнем стрессов и сами по себе не гарантируют удовлетворенность другими сторонами своей жизни, и поэтому выделяют такие мотивы:

- 1) более гармоничная жизнь;
- 2) большая степень личной свободы;
- 3) обретение своей подлинности [5].

Социологи выделяют также постоянный и временный дауншифтинг. Первый является состоянием,

из которого уже не возвращаются обратно к карьеризму и гонке за славой и деньгами. Это полноценное отречение от прежних жизненных моделей и нежелание прибегать к ним повторно. Это кардинальная перемена жизненных устоев. Второй – это, все-таки больше временное явление в жизни человека, используемое им для разрешения внутренних конфликтов, устранения синдрома хронической усталости, решения других вопросов. Это некий тайм-аут, который берется для того, чтобы привести в порядок свой внутренний мир.

Причинами дауншифтинга могут стать как внешние, так и внутренние факторы. Наиболее часто ему подвержены сотрудники высшего звена, которые занимают руководящие должности, – они очень часто задерживаются на работе допоздна, решают споры и конфликты, очень часто находятся в состоянии стресса и в жестких условиях конкуренции. Все это можно отнести к внешним факторам. А вот состояние здоровья – это скорее всего внутренний критерий. Есть много случаев, когда люди, занимавшие высокие посты, бросали всё и отправлялись в глухие деревни, в поисках свободы и тишины (например, Герман Стерлигов). Очень часто они не могут совладать со своими амбициями и отправляются на поиски чего-то более интересного. Исходя из практики, есть наблюдение, что многие выбирают частичный дауншифтинг: сотрудники отказываются от своей работы не полностью, а идут переходом по карьерной лестнице на позиции более низкого уровня. Тем самым пытаются найти гармонию и соблюсти равновесие между духовными и материальными ценностями. Кстати, далеко не всегда дауншифтинг означает снижение доходов и понижение статуса. Радикальная смена профессии может стать источником гораздо большего заработка и, например, привести к созданию собственного бизнеса.

Еще один вариант дауншифтинга без денежных потерь и без смены социального статуса – переход из крупной компании в безымянную, который может сопровождаться ростом компенсации и повышением в должности, но одновременно будет шагом вниз в глазах работодателей. На желание пожертвовать статусом и хорошей зарплатой ради новых знаний при смене рода деятельности работодатели реагируют положительно. Данный вид дауншифтинга – не столько движение вниз, сколько открытие новых горизонтов, возможность смены не только профессии, но и образа жизни и мировосприятия. Максимально эффективным человек может быть, когда делает дело своей жизни, когда его профессия – это его призвание [1].

Итак, можно выделить основные причины дауншифтинга: боязнь брать ответственность на себя на прежнем месте работы; признание собственной некомпетентности, непрофессионализма; влияние экономической нестабильности; частые стрессы; семейные неурядицы; нехватка свободного времени для отдыха. В основном мысли все бросить возникают в периоды сезонной весенней депрессии, которые также могут легко и быстро исчезнуть, если отдохнуть вовремя.

С ростом массовости идеи «простой жизни» происходит трансформация базовых практик, норм оп-

ределения, изначально заложенных в данное понятие. Прежде всего, в России невозможно говорить о массовости «опрошения» как «социального спуска» с вершин финансовых возможностей и успешной карьеры, поскольку сами случаи достижения подобных вершин никак не являются массовыми. Исследователь чаще всего имеет дело с «простотой» жизненного уклада и демонстрацией приверженности ко всему «простому» как формой принудительной адаптации в условиях дефицита или трудности доступности многих благ для большинства населения либо же как стратегией уклонения от сложности, связанных с нею рисков, проблем самостоятельного выбора. Таким образом, если говорить о потенциальных возможностях сообщества дауншифтеров в России, стоит признать, что существуют определенные ограничения для его расширения.

В Россию представление о дауншифтинге пришло позже, чем в странах Западной Европы, Америке или Австралии. Можно предположить, что распространенность данного феномена пока что ограничивается центральными регионами, а еще точнее – городами-миллионерами в них слово «дауншифтинг» было введено в русский язык в 2004 г. После эры быстрого накопления капитала в 1990-х гг., дававшей практически неограниченные возможности и создававшей столь же большие риски, к началу 2000-х с их относительной стабилизацией в экономике и развитием корпоративной культуры у молодого поколения, людей 25 – 35 лет, стали появляться более четкие перспективы (вместо авантюрных надежд на сверхбыстрый рост), а у поколения среднего возраста (45 – 55 лет) начали проявляться усталость и сомнения в правильности избранных жизненных стратегий и приоритетов. Истории о разочарованных миллионерах, продавших особняки и уехавших в глухие деревни, стали настоящими сенсациями. В печати стали появляться статьи про людей, которые, добившись вершин успеха, добровольно отказались от признания и материальных благ, их помещали в раздел курьезов и развлекательной информации. Однако само слово «дауншифтинг» тогда еще не было известно широкой аудитории: до 2006 г. оно употреблялось главным образом в профессионально ориентированных бизнес-изданиях, таких, как газеты «Коммерсантъ», «Ведомости», журналы «Секрет фирмы», «Карьера» и др. В этот период еще не были сформированы ни нормы написания, ни содержание понятия. Нарастающая потребность продвинутых групп социума в создании принятых и разделяемых в культуре механизмов как горизонтальной, так и вертикальной социальной мобильности постепенно выводит дауншифтинг из поля узкопрофессиональной тематики в зону публичных дискуссий. Помимо бизнес-изданий, про дауншифтинг начинают писать статьи, ориентированные на самый широкий круг читателей, они появляются в «молодежных», «женских» и другие тематических изданиях. Таким образом, расширяется аудитория людей, осведомленных о явлении и побуждаемых к его восприятию, формированию определенного отношения к нему. К 2007 г., по итогу ряда рейтингов, проводимых изданиями, слово «дауншифтинг» вошло в списки главных понятий года. Например, рейтинг

журнала «Большой город» включил дауншифтинг в список «открытий года» в 2006 г., а в 2007 г. слово было названо «героем-года» [3]. Происходило освоение, как нового слова, так и новых социальных практик. Получить точные данные о количественном и качественном составе сообщества или сообществ дауншифтеров пока затруднительно [4].

Современные западные идеологи дауншифтинга часто формулируют задачу не как «отказ от карьеры», а как «способ жить проще, счастливее и в согласии с окружающей средой». Флагманом дауншифтинга выступают Соединенные Штаты Америки. Там проводят ежегодную Национальную Неделю дауншифтинга. Неделя призвана «сбавить темп» и «начать наслаждаться жизнью». Для этого существуют подробные инструкции, как принять участие в мероприятии: нужно хотя бы на половину дня оставить работу, чтобы провести это время с любимыми. Если работа мешает наслаждаться жизнью, от карьеры нужно отказаться – такой принцип пропагандируют дауншифтеры всех стран мира. Отказ от рабского труда, уход от цивилизации можно воспринимать как проявление лени, оправдание безделья, поиска смысла жизни,

следование моде и так далее. При этом свободный выбор каждого человека имеет право на уважение и существование. Псевдодауншифтеры, которые бросают убыточный бизнес, начатое дело незаконченным, сдают дом, квартиру в аренду, оставляя, таким образом, пути к отступлению, не могут в полной мере претендовать на истинный статус «барина». Дауншифтинг не зря называют «барской болезнью»: осознать бесцельность существования в беге по замкнутому кругу могут позволить себе далеко не все.

Тем не менее, развитие идей дауншифтинга, а также явлений близкого круга дает возможности для осмысления ценностей и запросов продвинутых групп в современной России. Индивидуальный и групповой поиск альтернативных моделей успешности обладает важной психотерапевтической функцией. Внимание к обозначенной проблематике и более подробное изучение норм и практик, разделяемых последователями идей дауншифтинга и схожих направлений, позволят исследователям выявлять зоны повышенной напряженности в обществе, профессиональных коллективах, семье, прогнозировать возможные изменения в системе трудовых отношений.

### Литература

1. Бренер, М. Карьера и образование: игра на понижение / М. Бренер. – Режим доступа: <http://gaar.ru/articles/50577/>
2. Бутонова, Н. В. Дауншифтинг. Новое правило – отказ от всяческих правил: коллективная монография / Н. В. Бутонова; под ред. Е. Э. Суворовой, С. А. Рассидиной // Новые традиции. – СПб.: Петрополис, 2009.
3. Кронгауз, М. Журнал «Большой город» // Слово – 2007. Слово – герой года. – 9 января 2008 года.
4. Мерзлякова, В. Альтернативные модели успешности в современной культуре: дауншифтинг / В. Мерзлякова // Вестник общественного мнения. – 2008. – № 4.
5. Характеристика дауншифтинга как новой тенденции трудового поведения. Понятие дауншифтинг и история его возникновения. – Режим доступа: <http://www.psdaily.ru/datas-559-1.html>

### Информация об авторе:

**Корниенко Ольга Юрьевна** – преподаватель кафедры социологии факультета социологии и политологии, кандидат социологических наук Южного федерального университета, г. Ростов-на-Дону.

**Olga Yu. Kornienko** – Candidate of Sociology, Lecturer at the Department of Sociology, Southern Federal University.

*Статья поступила в редколлегию 25.09.2013 г.*