своих граждан заниматься предпринимательством, которое видится локомотивом экономического роста и инноваций. Соответственно, настоящая работа может содействовать оптимизации государственной политики в данной сфере. Кроме того, она в целом открывает новые перспективы в исследовании предпринимательского успеха и стратегий, используемых предпринимателями для его достижения.

Я.В. Евсеева

УДК 316.44

2020.02.004. ТОРОТОВА А.М. ДАУНШИФТИНГ КАК АЛЬТЕРНАТИВНАЯ МОДЕЛЬ УСПЕШНОСТИ. (Обзор).

TOROTOVA A.M. Downshifting as an alternative model of success. (Review). DOI: 10.31249/rsoc/2020.02.03

Аннотация. Рассматривается понятие дауншифтинга, его преимущества и недостатки. Анализируются некоторые научные работы на эту тему, в которых представлены результаты исследований, проведенных в Москве, Санкт-Петербурге и Киеве среди представителей определенной возрастной группы.

Abstract. This review deals with the concept of downshifting, its advantages and disadvantages. The works of several authors on this topic are reviewed which present the results of studies conducted in Moscow, St. Petersburg and Kiev among representatives of a certain age group.

Ключевые слова: дауншифтинг; фриланс; яппи; нисходящая вертикальная мобильность; культура потребительства; корпоративная культура; модели успешности; образ жизни.

Keywords: downshifting; freelance; yuppie; downward vertical mobility; consumerism culture; corporate culture; models of success; lifestyle.

С развитием информационных технологий привычный уклад жизни миллионов людей и их традиционные ценности начали меняться. Если еще пару десятков лет назад существовал единственно возможный сценарий достижения успеха, предполагавший постоянную работу с определенным графиком и стабильной зарплатой, то сегодня существуют альтернативные варианты построения карьеры и жизни. Дауншифтинг – добровольная нисхо-

дящая вертикальная мобильность, как и многие другие практики, впервые возник в западных странах как ответ на разрушительную корпоративную культуру и постепенно распространился на другие территории, в том числе и в страны постсоветского пространства [Овечкина, 2015, с. 93]. Несмотря на то что основная идея и посыл в целом сохраняются в первоначальном виде, в разных странах движение дауншифтеров имеет свои характерные особенности и степень распространения. Основные положения и принципы этого движения изложены в ряде трудов, например в книге Эми Солтсмен «Дауншифтинг: Достижение нового успеха на пониженной передаче»¹ (см. статью О.Ю. Корниенко (Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону) [Корниенко, 2014]). Автор данной книги в своей работе сформулировала основные принципы дауншифтинга, среди которых особо выделяются добровольное «движение назад», снижение требований к себе и своей работе, возможный переезд из большого города и работа на дому, установление гармоничных и стабильных отношений с самим собой и с окружающим миром [Корниенко, 2014, с. 92–93].

В.Н. Мерзлякова (РАНХиГС, Москва) в своей работе «Альтернативные модели успешности в современной культуре: Дауншифтинг» отмечает, что в настоящее время для обществ развитых стран идея успешности, тесно связанная с культурой потребления, является ключевой и во многом отражает ценности, которые им присущи [Мерзлякова, 2008, с. 33]. Такая культура характерна для стран, в которых развиты системы крупных корпораций, диктующих собственный кодекс поведения сотрудника и то, какими ценностями и стремлениями он должен обладать. Корпоративная культура требует от него быть полностью сосредоточенным на работе, посвящать всё свое время рабочему процессу в ущерб личной жизни и здоровью. Автор справедливо отмечает, что подобная модель поведения имеет как сильные, так и слабые стороны: в обмен на стабильную заработную плату и положение в обществе приходится расплачиваться нехваткой свободного времени на себя и близких. Часто такая стабильная, но монотонная и требующая концентрации работа опасна стрессом, который постепенно, если

¹ *Saltzman A. Downshifting: Reinventing success on a slower track. – N.Y.: Harper Collins, 1991.*

не работать с этой проблемой, может привести к личностному кризису или депрессии. Таким образом, можно сказать, что при внешнем благополучии и атрибутах успеха и связанного с ним счастья человек себя счастливым не чувствует; это означает, что данная стратегия поведения в общем изжила себя и возникает необходимость в поиске альтернативы.

Последователи движения дауншифтинга отказываются от стрессовой работы, которая при всей своей успешности не приносит удовлетворения, в пользу самореализации и более спокойной, хотя, возможно, и не столь высокооплачиваемой, деятельности [Мерзлякова, 2008, с. 34]. Явление дауншифтинга, которое означает добровольное нисхождение по карьерной лестнице и последующее ограничение потребностей, появилось относительно недавно, а именно в 1990-х годах¹, и со временем обрело широкую известность в развитых странах, преимущественно в Западной Европе, Северной Америке и Австралии. Мерзлякова приводит в пример социологические опросы, проведенные в Великобритании и Австралии², согласно которым в начале 2000-х годов около четверти населения этих стран считало себя дауншифтерами [Мерзлякова, 2008, с. 34–35]. Разумеется, эти данные нельзя назвать актуальными и вряд ли можно говорить о том, что все они соответствовали действительности, но сам факт, что респонденты продемонстрировали осведомленность и готовность сменить свой социальный статус, показывает их стремление к переменам в жизни.

Учитывая то, что прежде не было понятия, тождественного дауншифтингу, многие люди, практикующие подобный стиль жизни, не знали, как себя называть. Появление теоретической базы в виде различных книг и исследований в данной области позволило определить три типа дауншифтеров: собственно дауншифтеры; люди, решившие радикально изменить свою жизнь и упростить ее; те, кто пришел к такому стилю жизни ввиду своих убеждений и принципов (часто связанных с экологией и духовными практиками) [Корниенко, 2014, с. 93]. Кроме того, выделяют две базовые стратегии дауншифтинга – дауншифтинг «легкий» (частичный),

¹ См.: The Trends Research Institute. – Mode of access: <https://trendsresearch.com/trends-research-institute/> (Accessed: 10.03.2010.)

² См.: The Australia Institute. – Mode of access: http://www.tai.org.au/index.php?option=com_frontpage&Itemid=1 (Accessed: 10.03.2010.)

который не требует отказа от установившегося порядка и при котором есть возможность возвращения к привычному укладу жизни, и «глубокий» (полный), подразумевающий радикальные изменения, т.е. смену рода занятий, места жительства и самого стиля жизни человека [Мерзлякова, 2008, с. 38]. К числу частичных практик дауншифтинга специалисты относят и популярный сейчас фриланс.

Отдельным является вопрос: почему у людей возникает желание кардинально поменять свой жизненный уклад? Возможно, это связано с тем, что культура потребления, распространенная в развитых странах, больше не приносит удовольствия и ее идеалы уже не кажутся привлекательными, а напротив, вызывают разочарование и желание изменить подобный ход вещей. Примечательно, что многие последователи данной философии работали на руководящих должностях, т.е. имели высокий доход, власть и высокий социальный статус. Некоторые из них теперь заняты на работе, объективно тяжелее предыдущей, но приносящей им удовлетворение по разным причинам: возможность проводить время с семьей, интерес к делу, отсутствие стресса и другие факторы. В настоящее время существуют уже целые сообщества дауншифтеров; среди них выделяются несколько авторитетов, которые делятся своим опытом, составляют теоретическую базу и занимаются популяризацией данного движения. В 2005 г. Трейси Смит, одна из таких лидеров, провела первую из многих национальных недель дауншифтинга во Франции, которые постепенно стали международными [Мерзлякова, 2008, с. 36].

О.Ю. Ангел (Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону) в статье «Дауншифтинг как перспективная модель успешности в современном мире» пишет, что существует антагонистичное дауншифтерскому движение яппи, антитеза культуры хиппи, с которыми часто связывают движение дауншифтеров [Ангел, 2018, с. 5]. Если феномен дауншифтинга подразумевает отказ от культуры потребительства и переход к нематериальным ценностям, то движение яппи, основанное на идее кредитных карт, напротив, всецело направлено на материальную составляющую, которая включает в себя такие предметы роскоши, как собственное жилье и транспорт, а также дорогая люксовая одежда. Яппи – это классические трудоголики, любящие свою работу и полностью

посвящающие себя ей. Главными показателями счастья для них являются успешная карьера и стремление покорять всё новые и новые высоты, в то время как основной идеей дауншифтинга является движение вниз, с целью упростить свою жизнь.

Автор указывает на общие для всех стран тенденции дауншифтинга: ограничение потребностей, отказ от общепринятых норм и стремление к самореализации и развитию творческого потенциала [Ангел, 2018, с. 3]. Существуют и постранные тенденции: так, американские и британские дауншифтеры обращают больше внимания на экологические проблемы, австралийцы – на возможность путешествовать. Среди российских дауншифтеров исследователи выявили тенденцию к увольнению, сдаче недвижимости в аренду и переезду в другую страну, преимущественно в Юго-Восточной Азии, где пассивный доход позволяет комфортно жить без ограничения потребностей.

В Россию и другие страны постсоветского пространства дауншифтинг, как и многие другие западные практики, пришел сравнительно поздно, и, соответственно, его уровень распространения и развития здесь иной, нежели в странах Запада. В русский язык данное понятие было введено лишь в 2004 г., что обусловлено стабилизацией экономики в стране после затяжного кризиса [Мерзлякова, 2008, с. 39]. Многие молодые люди 25–35 лет начали обдуманнее подходить к вопросу построения карьеры и жизни в целом; у более старшего поколения (45–55 лет) началось переосмысление своих решений и приоритетов – у многих это было связано с кризисом среднего возраста.

Очевидно, что ввиду разницы в развитии технологий и распространении информации в регионах России и «молодости» движения дауншифтеров оно встречается главным образом в городах-миллионниках, где есть повсеместный доступ к Интернету. Я.В. Овечкина (СЗИУ РАНХиГС, Санкт-Петербург) в статье «Перспективы распространения явления дауншифтинга в современном обществе: Анализ ценностных ориентаций специалистов Москвы и Санкт-Петербурга» пишет, что, несмотря на интерес к данной проблеме, в России широкие исследования по вопросам дауншифтинга еще не проводились.

Автор предприняла попытку выявить основные социальные группы, подверженные идеям дауншифтинга. Согласно данной

статье, среднестатистический дауншифтер из России – это житель крупного города в возрасте 26–40 лет, с высшим образованием и опытом работы в организации со стабильной заработной платой. У многих из них помимо хорошей зарплаты есть недвижимость, что позволяет сделать вывод о том, что дауншифтеры являются представителями высшего и среднего класса. Кроме того, автор делит дауншифтеров на две возрастные категории, так как у них отличаются стимулы к переходу к подобной жизненной практике. Молодые дауншифтеры, с характерным для них стремлением к свободе самовыражения и протеста, в большинстве своем разочарованы в общепринятых ценностях и корпоративной культуре с ее тенденцией к обезличиванию и отдают предпочтение любимому делу и своему здоровью, нежели высокому заработку и положению в обществе. Дауншифтеры в возрасте от 30 до 40 лет несколько отличаются от более молодой когорты, поскольку у большинства из них уже есть карьера, семья, положение в обществе, но перед ними встает проблема отсутствия свободного времени на самих себя и на своих близких, а также проблемы со здоровьем [Овечкина, 2015, с. 94–95]. Всё это в совокупности приводит к тому, что они чувствуют себя несчастными и ищут что-то иное, чтобы восполнить этот пробел.

Для определения ценностных ориентаций работающих специалистов из крупных городов России было опрошено в общей сложности 490 специалистов в возрасте от 25 до 36 лет: 190 из Москвы (99 мужчин, 91 женщина) и 300 из Санкт-Петербурга (188 мужчин, 112 женщин), среди которых 65% имеют высшее образование. Анкета состояла из трех блоков и содержала вопросы, касающиеся социально-демографических данных, удовлетворенности профессиональной деятельностью и образа жизни респондентов.

По результатам опроса было выявлено, что обе группы, несмотря на некоторые различия, отдают предпочтение возможности заниматься желанным делом и реализацией своих амбиций, уделять внимание семье и своему здоровью, хотят быть независимыми [Овечкина, 2015, с. 95–98]. Большинство из опрошенных предпочли бы снизить темп своей жизни, слишком быстрый и, как следствие, делающий их жизнь слишком напряженной и наполненной различными стрессами и страхами. Кроме того, большинство респондентов не против того, чтобы сменить место жительства

ва, переехав из мегаполиса в более спокойную местность. Но важно то, что, несмотря на желание сменить работу и обстановку, большинство так или иначе не готово снизить свой социальный статус – хотя 17% респондентов всё же согласны на такой риск. Также значимым результатом исследования является выявленная склонность более молодых специалистов к классической модели построения карьеры, притом что многие из них отдают себе отчет в том, что это грозит неудовлетворенностью и стрессом. В то же время более зрелые специалисты уже успели разочароваться в системе, но также пока в большинстве своем не готовы к дауншифтингу. Результаты лишь показывают, что в обществе существуют напряженность и недовольство традиционным укладом в профессиональной сфере [Овечкина, 2015, с. 98–99].

Интересным представляется несколько иной формат исследования – кейс-стади, который был проведен в Киеве в сентябре–ноябре 2013 г. и результаты которого отражены в статье Н.Ю. Зарицкой (Киевский национальный университет им. Тараса Шевченко, Украина) «Альтернативные стилежизненные практики в украинском обществе». Главным отличием от российского исследования является то, что в данном исследовании принимали участие уже состоявшиеся дауншифтеры-фрилансеры. В исследовании был применен метод «снежного кома» [Зарицкая, 2014, с. 80]. Участие в нем приняли частичные дауншифтеры, в возрасте от 24 до 35 лет, семь мужчин и 11 женщин, с высшим образованием, преимущественно холостые и незамужние. Все респонденты имеют опыт работы в коммерческих компаниях. Им было предложено оценить перемены в жизни после перехода на фриланс – форму частичного или легкого дауншифтинга [Зарицкая, 2014, с. 80–84].

Согласно результатам исследования, большинство из них отмечают ухудшение материального положения, но при этом уровень удовлетворения жизнью в целом повысился. У многих изменились ценности: материальная сторона, карьера и профессиональная реализация уступили место семье, личной жизни и спокойствию. Выявлены готовность заниматься волонтерской деятельностью, стремление помогать окружающим и более высокий уровень эмпатии. Среди главных причин перехода на фриланс респонденты отмечали общую неудовлетворенность работой и

жизнью, недостаток свободного времени и стремление к большей независимости. Примечательно, что в данном кейс-стади отражены механизмы изменений и адаптация фрилансеров, которые, как правило, заблаговременно собирают клиентскую базу и нередко пользуются пространствами для коворкинга, чтобы вначале работать в привычной для себя среде, избегая тем самым стресса от резкой перемены обстановки. Многие фрилансеры, как оказалось, утаивают от старших членов семьи перемены в своей жизни, потому что опасаются осуждения и конфликта на почве отхода от классической модели достижения профессионального успеха. Большинство из них аполитичны – не заинтересованы в политических процессах, и вся их политическая активность сводится к электоральной. Среди главных преимуществ частичного дауншифтинга они отмечают гибкий график и возможность уделять внимание себе, занятиям спортом, своему здоровью и окружающим. Результаты кейс-стади в Киеве показывают, что для существенных перемен в жизни нет необходимости переходить на полный дауншифтинг: положительные изменения происходят и с теми, кто перешел на фриланс и по сути изменил только график занятости, не отказываясь полностью от привычного уклада жизни [Зарицкая, 2014, с. 82–85].

На наш взгляд, исходя из результатов исследований в таких крупных городах, как Москва, Санкт-Петербург и Киев, можно предположить, что дауншифтинг, несмотря на споры вокруг этой практики стиля жизни, так или иначе является альтернативной моделью успешности, а не профессиональным проигрышем, как его воспринимают многие в силу привычки и приверженности традиционным установкам. Учитывая тот факт, что люди, их потребности и способ мышления меняются, как и весь окружающий мир, нельзя придерживаться только классической корпоративной модели успешности, которая постепенно изживает себя вследствие недостатка внимания к человеческому здоровью, как физическому, так и ментальному, и игнорирования трансформации ценностей в современном обществе. Таким образом, вместе с отношением к заработку и карьере меняется и само понятие успешности, которое постепенно обретает черты, характерные для дауншифтинга. К тому же большинство дауншифтеров выражают свое удовлетво-

рение переменами в жизни, улучшением состояния здоровья, появлением времени на семью, возможностью самореализации и т.д.

Стоит отметить, что с определенной вероятностью дауншифтер может отказаться от выбранного им стиля жизни из-за общественного давления: обыватели многих стран, в том числе и России, пока не готовы принять такой альтернативный вариант построения жизни и самореализации. В странах постсоветского пространства, возможно, из-за того, что здесь на протяжении долгого времени отсутствовал свободный рынок, отказ от потребительства и движения вверх по карьерной лестнице часто представляется нерациональным выбором, а дауншифтеры воспринимаются как неудачники, не реализовавшиеся в профессии [Ангел, 2018, с. 7]. Вероятно, это является главной причиной того, что в России и других государствах бывшего социалистического блока движение дауншифтеров распространяется гораздо медленнее, чем в западных странах.

Список литературы

Ангел О.Ю. Дауншифтинг как перспективная модель успешности в современном мире // Инженерный вестник Дона. – 2018. – № 4. – С. 1–11.

Зарицкая Н.Ю. Альтернативные стилежизненные практики в украинском обществе (на материалах кейс-стади в г. Киеве) // Лабиринт. – 2014. – № 2. – С. 78–86.

Корниенко О.Ю. Историко-социологический анализ феномена дауншифтинга как нового движения в карьере успешного человека // Вестник КемГУ. – 2014. – Т. 1, № 1. – С. 92–95.

Мерзлякова В.Н. Альтернативные модели успешности в современной культуре: Дауншифтинг // Вестник общественного мнения. – 2008. – № 4. – С. 33–42.

Овечкина Я.В. Перспективы распространения явления дауншифтинга в современном обществе: Анализ ценностных ориентаций специалистов Москвы и Санкт-Петербурга // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). – 2015. – № 10. – С. 92–102.

2020.02.005. ХИМЕНЕС Х., ЭСКАЛАНТЕ Х.С. НЕЛИНЕЙНАЯ МОДЕЛЬ РАЗВИТИЯ АКАДЕМИЧЕСКОЙ КАРЬЕРЫ.

Реф. ст.: JIMÉNEZ J., ESCALANTE J.C. A non-linear model for career development in academia // J. of unschooling a. alternative learning. – 2017. – Vol. 11, N 21. – P. 29–50.