

УДК 338.1

## **РАЗВИТИЕ ДАУНШИФТИНГА В РОССИИ ИЛИ В ЧЕМ ПРЕИМУЩЕСТВА «ДОБРОВОЛЬНОЙ ПРОСТОТЫ»**

К.В. Смольянинова, студент гр. БЭс-142, I курс

В.С. Цепляева студент гр. БЭс-142, I курс

Научный руководитель: Л.Г. Шутько, к.э.н., доцент  
Кузбасский государственный технический университет  
г. Кемерово

Изменение условий социально-экономического развития общества, в том числе связанное с повышением уровня его благосостояния, комфортности и качества жизни в современных условиях порождают новые тенденции в потребительском поведении. Отказ от престижной работы, смена городского жилья на домик в деревне или бунгало на берегу моря – такой уход от привычной жизни называется дауншифтингом. С каждым годом людей, готовых сбежать от цивилизации, становится все больше. В связи с этим возникает целый ряд вопросов: Каковы причины этого нового явления в современном обществе? Будет ли оно носить массовый характер и как это отразится на потребительском поведении и развитии рынка?

В экономической литературе отмечается, что дауншифтинг на самом деле существует достаточно давно. Более того Россию можно назвать первооткрывательницей дауншифтинга. Об этом явлении в русской культуре писал А. П. Чехов. В СССР в 1960-1970 годы проявления дауншифтинга были тесно связаны с идеями хиппи, борьбой за мир и экологию. [1] Идеология дауншифтинга окончательно оформилась после того, как американец Д. Элджин ввел термин «добровольная простота», что обозначает стабильный образ жизни, построенный на балансе жизненных и духовных потребностей человека. Д. Элджин считал, что «добровольная простота» дает человеку свободу. [2]

Что же такое на самом деле дауншифтинг? Дауншифтинг – это переход с высокооплачиваемой, но связанной с чрезмерным стрессом, нагрузки и отнимающей все свободное время работы на более спокойную, но низкооплачиваемую по сравнению с прежней работой. Почему же люди, добившись высот, предпочитают тихую жизнь с маленьким достатком? В первую очередь это связано с тем, что многие приходят к выводу, что кроме материального достатка есть и другие высшие ценности. Эти люди осознают, что работа не приносит им никакого удовольствия. Существуют четыре основных причины дауншифтинга:

- стремление к гармоничной жизни;
- несоответствие личных целей и должностных обязанностей;
- желание максимально выразить себя;

– ухудшение здоровья, связанное с постоянно накапливающимся стрессом. [1]

Наиболее активно дауншифтинг развивается в благополучных странах. Так, в США больше 30 % американцев считают себя даушифтерами, в Австралии – 26 %, в Западной Европе – 14-17 %. [3] В современных условиях в России дауншифтинг активно развивается, но пока его доля невелика примерно 4-5 % трудоспособного населения страны, как правило, это люди, достигшие 35-45 лет, в то время как за границей это более молодые люди 25-30 лет. [4] Судя по этим данным, отчетливо видно, что дауншифтеров в нашей стране мало. Они не зависят от мнения окружающих и материальных благ, они живут в свое удовольствие и не жалеют о том, что оставили перспективную работу, шикарную квартиру и городскую жизнь. Примерами знаменитых даушифтеров России являются: основатель первой в России товарной биржи – Г. Стерлингов, И. Охлабыстин, который начале 1990-х был культовым персонажем шоу-бизнеса, снимался в кино, был сценаристом, также известный актер и музыкант – П. Мамонтов, актриса – А. Мордвинова. [1] Эти люди поменяли славу и богатство ради уютного домика в деревне и спокойной рутины жизни. И как они утверждают, совсем не пожалели о своем выборе.

Во всем мире к даушифтингу и даушифтерам относятся по-разному. Кто-то считает их неудачниками, которые не могут соответствовать ритму современной жизни, кто-то, наоборот, завидует им, потому что они осмелились изменить свою жизнь. Важно отметить, что как у социально-экономического явления у даушифтинга есть не только плюсы, но и свои определенные минусы. К плюсам можно отнести: снижение уровня стрессов, тревожности и агрессивности, естественный ритм жизни, здоровое питание, свежий воздух и чистая вода, полную самореализацию, раскрытие творческого потенциала и другое. К минусам – «синдром конца войны» – обострение хронических заболеваний, потерю существенной части дохода, конфликты с родственниками и коллегами, снижение уровня жизненного комфорта. [4]

На первый взгляд стать даушифтером это не так и сложно, однако, это заблуждение. В сообществе этих людей тоже есть определенные правила и условия, которые необходимо соблюдать. Вот только некоторые из них:

1. Необходимо приносить пользу обществу. Работая в бизнесе, вы приносите пользу только корпорации, забыв об общих человеческих качествах. Займитесь той деятельностью, которая принесет благо не только вам, но и людям.

2. Следует избавиться от кредитов, ибо схема «покупаешь сейчас – платишь потом» ведет к тому, что вы становитесь заложниками работы;

3. Больше проводите времени с семьей.

4. Готовьте дома из натуральных продуктов и не употребляйте фастфуд и полуфабрикаты.

5. Отдохните от информационного давления. Выключите телевизор, мобильник, компьютер. Лучше почитайте книгу или поиграйте в шахматы. [1]

В заключение хотелось бы сказать, что напряженный ритм жизни, и труда в современном обществе приводят к тому, что люди много работают и мало отдыхают. В молодом возрасте многие мечтают заработать деньги для комфортной и состоятельной жизни, при этом они практически не общаются со своими семьями, большую часть времени посвящают работе. В итоге ближе к старости, заработав себе «имя» и статус, а также большую сумму денег люди осознают, что за все время их работы они не познали, что же такое на самом деле жить и наслаждаться жизнью, из-за чего в определенный момент и становятся дауншифтерами. Итак, исследование этого нового социально-экономического явления является актуальным, так как оно непосредственно влияет на изменение поведения человека как потребителя и хозяйствующего субъекта в целом.

### Список литературы:

1. Дауншифтинг. Основные причины дауншифтинга / <http://wictoria.ru/post/2621/themeoftheday-daunshifting>
2. РИА новости. Дауншифтинг: четыре причины «добровольной простоты» <http://ria.ru/spravka/20120724/708198954.html>
3. Дауншифтинг / <http://lurkmore.to/>
4. Все больше россиян меняют «благополучные» офисы на сельскую тишину // Наше время. – 2015. – № 210 / <http://www.gazetanv.ru/article/?id>
5. Развитие дауншифтинга: Рейтинг стран и регионов для дауншифтеров / <http://www.daunshifter.ru/192-rejting-stran-i-regionov-dlya-daunshifterov.html>
6. Липсиц И. Трансформация культуры и изменения в моделях потребительского поведения // Вопросы экономики. – 2012. – № 8. – С. 45-52.