

Магистр 2 года обучения  
факультета экономики и права ХНЭУ им. С. Кузнеця

## ДАУНШИФТИНГ КАК ИНСТРУМЕНТ КАРЬЕРНОГО ПРОДВИЖЕНИЯ

*Аннотация. Рассмотрены факторы перехода к дауншифтингу, его преимущества и недостатки, систематизированы виды деятельности, к которым он применим.*

*Анотація. Розглянуто фактори переходу до дауншифтингу, його переваги та недоліки, систематизовано види діяльності, до яких він застосовується.*

*Annotation. The factors of transition to downshifting, its advantages and disadvantages were studied. Activities to which it applies are systematised.*

*Ключевые слова: дауншифтинг, карьера, дауншифтеры.*

В связи с достаточно быстрыми динамичными изменениями в нестабильной экономической и политической среде Украины изменениям подвергаются также и потребности людей в карьере. Люди в наше время начинают задумываться – так ли им дороги карьера и социальный статус, чтобы жертвовать ради этого своими интересами, семьей, друзьями. Все больше людей склоняются к альтернативным способам жизни, таким, как дауншифтинг. Прошло уже несколько лет с тех пор как термин "дауншифтинг" стал известен в странах бывшего СССР, и до сей поры он вызывает самые противоречивые чувства у тех, кто сталкивался с этим явлением в своей или чужой жизни [1].

Вопросы дауншифтинга рассматривали такие ученые, как С. Ермакова, А. Приходько, В. Солодников, И. Солодникова и др. [2 – 4]. Но должного рассмотрения в литературе не нашли вопросы исследования дауншифтинга в качестве инструмента продвижения по карьерной лестнице.

Целью данной статьи является определение причин дауншифтинга, его положительных и отрицательных аспектов, а также типов дауншифтеров.

Дауншифтинг – это переход с высокооплачиваемой, но связанной с чрезмерным стрессом, нагрузками и отнимающей все свободное время работы на более спокойную, хотя и низкооплачиваемую по сравнению с прежней, а также отказ от предметов роскоши и карьерных перспектив в будущем [5].

Само понятие "карьера" в большинстве случаев связывают с постоянным движением вверх, последовательным продвижением личности в определенной области деятельности, изменением навыков, способностей, квалификационных возможностей и размеров вознаграждения, связанных с деятельностью; продвижение по избранному пути деятельности, достижение известности, славы, обогащения [6]. Но приверженцы дауншифтинга своим примером показывают, что, по карьерной лестнице можно не только подниматься, но и спускаться, причем абсолютно добровольно [5].

Проблемой для работодателей при развитии данного вида карьеры является необходимость постоянно применять новые и интересные методы управления персоналом, а также различными способами поощрять своих работников для того, чтоб они предпочитали работать у них, а не уходить в "свободное плавание".

Дауншифтинг как новый вид трудового поведения начал набирать обороты вместе с развитием общественного сознания и желанием людей самостоятельно определять свою судьбу [7].

Главной идеей дауншифтинга является обретение себя, ощущения полноты жизни и истинного счастья путем отказа от навязываемых обществом ценностей.

На сегодня дауншифтинг приобрел большую популярность в мире, особенно в США, Австралии, Европе. В Старом Свете, например, уже насчитывается около 12 млн дауншифтеров [8].

В Украине можно говорить лишь о 4 – 5 % дауншифтеров. Как показывает практика, чем выше средний уровень жизни в стране, тем больше людей пересматривают свое отношение к карьере, заработкам и уровню дохода.

Чаще всего дауншифтерами становятся люди творческих профессий (дизайнеры, писатели, режиссеры, архитекторы), которые для получения внутренней гармонии отправляются жить в глубинку или на Восток (особой популярностью пользуются Гоа (Индия), Таиланд и Шри-Ланка [7]. Самым популярным среди них способом существования является сдача квартир в аренду [8].



Решение о переходе работника на такой вид карьеры, как дауншифтинг, может быть связан с такими факторами, как:

- усталость и постоянный стресс;
- желание больше времени проводить с семьей;
- забота о своем здоровье;
- стремление заняться любимым делом (писать книги, выращивать овощи, разводить собак и т. д.);

мизантропия, нелюбовь к людям [9].

Преимущества и недостатки дауншифтинга также играют непосредственную роль при решении о переходе работника к числу дауншифтеров (таблица) [7; 10].

Таблица

**Преимущества и недостатки использования дауншифтинга  
в качестве инструмента карьерного продвижения**

Преимущества	Недостатки
Позволяет поправить здоровье, вред которому нанесла непрерывная и напряженная работа. Бессонные ночи и постоянные стрессы не могут не сказываться на здоровье. Поэтому переход на менее напряженный график, пусть и с потерей пары сотен долларов в зарплате, может показаться целесообразным	Уменьшение уровня заработной платы. Причем чем сильнее человек отстывает, тем больше рискует потерять в ней. Впрочем, этот минус не так страшен, как кажется на первый взгляд. Дауншифтер вместе с престижной работой отказывается от многих статусных и имиджевых вещей. А значит, даже скромного заработка может с лихвой хватать на основные потребности
Позволят избавиться от чувства "марионеточности", когда кажется, что ты "винтик" в большом механизме. Можно будет жить по собственным правилам, не подчиняясь корпоративной культуре, уделять время семье и хобби, а не работе	Отрицательная реакция друзей и знакомых на подобные изменения. Вполне может оказаться, что они являются приверженцами жесткого построения карьеры и могут просто не понять подобного поступка. Реакция может быть самой разнообразной: от легкого недоумения до полного неприятия
Позволяет найти себя (по статистике, около 75 % всех людей занимаются нелюбимым делом), дает возможность заняться тем, что действительно интересно	Отсутствие промежуточного контроля при выполнении различных этапов работы

Надо понимать, что профессиональный дауншифтинг возможен только для достаточно успешных людей [11].

По продолжительности дауншифтинг бывает как временным, так и постоянным, и поэтому различают несколько видов дауншифтеров – людей, которые осознанно выбрали такой тип карьеры, как дауншифтинг:

фрилансеры, то есть те, кто работает дома. Эти люди – "вольные стрелки", у них нет начальства (есть заказчики), они могут параллельно выполнять несколько проектов. С развитием Интернета поиск заказчиков упростился, много фрилансеров работают на заказчика из другой страны. Поскольку сейчас уже довольно распространен беспроводной Интернет, то некоторые из них переезжают за город в частные дома;

"классические" дауншифтеры – люди, достигшие определенного положения в обществе и бизнесе, которые могли бы быть как собственниками бизнеса, так и топ-менеджерами, но в какой-то момент решили изменить свои приоритеты. Живут такие люди или за счет процентов от своего бизнеса, или начинают фермерствовать, или открывают новый бизнес по месту жительства, например, "зеленый туризм";

"псевдо-дауншифтерами" являются работники, которые понимают, что их интересует другое направление деятельности, и поэтому приходится начинать все "с нуля" в новой сфере;

"невольные дауншифтеры", ими стали не по собственной воле, а после кризиса 2008 года. Это те, которые, потеряв высокооплачиваемую работу, просто вынуждены или съезжать с кредитных квартир и отдавать банкам кредитные машины, или, не имея средств на жилье в городе, перебираются за город и ищут альтернативные пути для существования. Как вариант – люди сдают свое жилье в городе, а сами живут в селе.

В целом можно рассматривать дауншифтинг не как шаг вниз по карьерной лестнице, а как новый карьерный виток: в новом направлении и с возможностью учесть и избежать старых ошибок. Но, как и к построению любой карьеры, к нему нужно подходить обдуманно [7].

Виды деятельности к которым применим дауншифтинг: писатель, художник, архитектор, программист, швея, маникюрщик, массажист и др.

Однако следует отметить, что массовое распространение дауншифтинга и его становление как трудового поведения работников является достаточно опасным для предприятий. Ведь потеря квалифицированных работников, которые вдруг решили "отдохнуть от всего", для них слишком затратна. Поэтому чрезвычайно важно вовремя распознать потенциального дауншифтера и принять меры, чтобы удержать ценного работника в организации [7].

В перспективе дальнейших научных исследований в данном направлении – разработка механизма применения дауншифтинга в карьерном процессе.

Научн. рук. Мишина С. В.

**Литература:** 1. Дауншифтеры. Возврат к себе. Сообщество дауншифтеров [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.down-shifters.ru/>. 2. Ермакова С. Дауншифтинг: социально-психологический феномен / С. Ермакова // Мониторинг общественного мнения, 2012. – № 6 (112). – С. 97–107. 3. Приходько А. И. Дауншифтинг как социально-психологический феномен [Электронный ресурс] / А. И. Приходько. – Режим доступа : <http://psystudy.ru/index.php/num/2008n1-1/80-prikhidko1.html>. 4. Солодников В. В. Объект исследования – средний возраст человека / В. В. Солодников, И. В. Солодникова // Мониторинг общественного мнения. – 2009. – № 1 (89). – С. 166–185. 5. Мирошниченко И. Что такое дауншифтинг и апшифтинг [Электронный ресурс] / И. Мирошниченко. – Режим доступа : <http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-5067/>. 6. Управление персоналом организации : учебник / под ред. А. Я. Кибанова. – 2-е изд., доп. и перераб. – М. : ИНФРА-М, 2003. – 638 с. – (Серия "Высшее образование"). 7. Шух Т. Дауншифтинг как свободный выбор трудового поведения [Электронный ресурс] / Т. Шух. – Режим доступа : <http://argumentua.com/stati/daunshifting-kak-svobodnyi-vybor-trudovoi-povedeniya>. 8. Мокровский О. Дауншифтинг: работать меньше и жить лучше [Электронный ресурс] / О. Мокровский. – Режим доступа : <http://man.tochka.net/44776-kuda-ubegayut-daunshiftery/>. 9. Рубцова Т. Дауншифтинг: карьера или вечный отпуск? [Электронный ресурс] / Т. Рубцова. – Режим доступа : <http://lady.tochka.net/5030-daunshifting-karera-ili-vechnyy-otpusk/>. 10. Дауншифтинг: в деньгах ли богатство // Сайт издания "Работа и Карьера". – Режим доступа : <http://www.jobs.ua/articles/11/1313/>. 11. Стариков М. Дауншифтинг: вниз по карьерной лестнице / М. Стариков // Управление персоналом – Украина. – 2012. – № 8 (227). – С. 29–30.

УДК 005.953.2:316.613

**Савченко Д. И.**

Магистр 1 года обучения  
факультета экономики и права ХНЭУ им. С. Кузнеця

## **ВЛИЯНИЕ ДИХОТОМИЙ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Аннотация. Выявлены основные преимущества и недостатки в работе людей с преобладанием различных дихотомий. В статье рассмотрена сущность понятия "дихотомия" и определено ее влияние на эффективность трудовой деятельности.*

*Анотація. Виявлено основні переваги і недоліки в роботі людей з переважанням різних дихотомій. У статті розглянуто сутність поняття "дихотомія" і визначено її вплив на ефективність трудової діяльності*

*Annotation. The basic advantages and disadvantages in the work of people with different dichotomies were described. The essence of the concept "dichotomy" was studied and its influence on the efficiency of work was determined.*

*Ключевые слова: соционика, дихотомии, интраверт, экстраверт, рационал, иррационал, логик, этик, сенсорик, интуит, преимущества и недостатки дихотомий.*

Проблема преимуществ и недостатков людей с различных точек зрения обсуждается достаточно давно, но с точки зрения соционики относительно недавно, поскольку она является молодой наукой, основанной Аушрой Аугустиновичюте в 70-х годах 20 века. Ее работы основаны на работах швейцарского психиатра Карла Юнга, который в начале двадцатого века предложил модель психосоциотипологии [1], в которой выделил восемь соционических пар дихотомий.

Актуальность выбранной темы подтверждается тем, что соционику сегодня широко используют для профориентации и подбора персонала, в психологическом и семейном консультировании. Также она эффективна при решении проблем взаимоотношений в рабочем коллективе. Кроме того, знание индивидуальных особенностей типа личности работника помогает наиболее полно раскрыть свои таланты и защитить уязвимые места, преодолеть барьеры к раскрытию творческой индивидуальности и выявить причины стрессов и проблем.

© Савченко Д. И., 2014