

Downshifting

Fenomenul dezvoltat în Europa de Vest se referă la acele persoane care preferă să își petreacă mai puțin timp muncind și mai mult făcând lucruri simple: plimbari, vacanțe la țară, călătorii lungi cu trenul și cu barca.

CARIERA. În general, persoanele care devin adepte ale acestui curent nu sunt carieriste și nu vor să se îmbogățească, preferând să muncească atât cât să își poată permite viața de zi cu zi și cât mai mult timp liber. De asemenea, după cum explică psihologul Aurora Liiceanu, a deveni adept al acestui curent implică și "o doză de renunțare la orgolii sau la vise de preamarire".

ACTIVITĂȚI. În afara de relaxare, unii "downshifteri" aleg să își petreacă timpul liber făcând voluntariat, donând bani sau bunuri către organizații caritabile în care activează temporar sau practicând diverse forme de artă.



Fenomenul downshifting - sau "dincolo" de top management

de Aurora Liiceanu

Downshifting- ul s-a nascut din refuzul societatii occidentale (care de fapt este o expresie postmaterialista) de a deveni sclavul valorilor materiale si de a -ti consuma toata existenta alergând dupa bani, dupa o pozitie ierarhic . Downshifting - ul inseamna refuzul de a intra intr-o anume inregimentare (prin dresaj), refuzul pozitiei, refuzul salariilor mari etc. Ideea de baza este ca de fapt, calitatea vietii individului, care este data nu de felul in care se pozitioneaza el din punct de vedere material - nu iti trebuie atat de multi bani ca sa poti sa fii fericit, multumit în viata -, ci de faptul ca poti profita, sa zicem inteligent, de timpul pe care il ai de trait, astfel încât sa nu devii un sclav al muncii. Prin urmare e vorba de o etica a muncii.

Downshifting- ul nu poate fi la noi, pentru ca noi suntem o societate care am demarat dupa '90 in plin materialism grosolan si exagerat, in care banul si acumularea de bunuri materiale este o dominanta a vietii. Toata lumea priveste cu admiratie si invidie desfasurarea cursei achizitiilor materiale, lucru care in strainatate a inceput sa fie pus sub semnul intrebarii. Din aceasta perspectiva un om din est (din tarile postcomuniste) o sa fie mai bine imbracat decit unul din vest, o sa isi doreasca o masina mai buna, o sa fie, cum se



spune, victima societatii de consum intr - un mod cu totul necritic, o sa-si ia tot ce este mai scump si o sa o faca ostentativ si in mod excesiv. Deci noi, in momentul de fata, suntem o societate cu valori materialist - excesive, spre deosebire de cealalt societate, in care oamenii profita de tot ce este modernitate pentru a spori confortul vietii, dar si calitatea ei.

Eu cred ca nivelul de la care pornesc ei este mult mai inalt decit al nostru. Adica ei nu au o populatie care supra vietuieste ca la noi si aceasta conditie bazala, minima pentru a trai relativ decent este realizata cam la toate categoriile sociale.... Faptul ca exista oameni care stau pe strada, sau care refuza sa intre in alt tip de

inregimentare, in aceasta ordine a vietii, tine si de o patologie sociala care este legata de postmodernism, nu tine de saracie, pentru ca in strainatate abundenta de lucruri materiale fac sa existe o anumita satietate. Cu alte cuvinte, cu doua perechi de blugi si cu zece maiouri poti traversa o vara. Noi cred ca suntem intr-o perioada in care a inceput sa se vada aceasta adictie de shopping, care tine de centrarea de materialism, prin manipularea sau si prin manipularea data de publicitate, care indeamna necritic catre consumerism.

Asta nu inseamna ca la ei nu exista asa ceva, insa sunt mult mai potoliti si ceea ce este interesant este aparitia acestui curent critic ca schimbare a stilului de viata. La noi nu exista deloc o atitudine critica, ba dimpotriva, cum am mai spus, este vorba de invidie si chiar o rautate de a scotoci, sa vezi cit si -a mai luat, cite vile si-a luat, cum e vila etc. Exista o dorinta evidenta a unora de a fi invidiati pentru bunastarea lor materiala excesiva pe care ei o coreleaza cu reusita sociala sau cu reusita existentiala.

Numarul, cantitatea conteaza , si pretul.

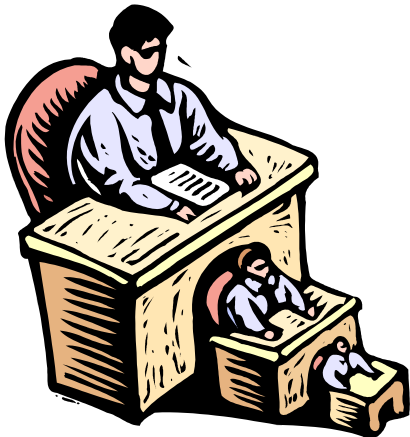
In general downshifting- ul pune accentul asupra unei idei importante: exista si alte laturi ale vietii care sunt importante si pe care le poti realiza daca ai bani, dar nu neaparat foarte multi bani: relatiile, prietenii, placerea de a sta la ora 11 dimineata pe malul unui riu, sau trezitul de dimineata la ora 10, cu gazeta in pat etc.

Vedem o graba teribila a tinerei generatii de alerga dupa bani si de a uita sa traiasca. Pentru ca sa ilustrez acest lucru am gasit un text foarte critic, in care un specialist in marketing se refera la ce se intimpla la noi in Romania : "am vazut fete care, atunci cind s-au angajat in agentie, erau ca niste mere sanatoase din care iti venea sa musti cu pofta; astazi sunt niste scovergi iradiate de computer. Oricum, ar gasi cu greu un barbat la ora la care pleaca de la birou si daca ar apela la solutia cea mai la indemana, un coleg de birou, tot nu ar plesni-o: e cunoscut faptul ca stresul cauzeaza sterilitate masculina. Probabil ca la ora la care scriu aceste rinduri ele se afla tot la birou bibilind un mediaplan sau pregatind press release -ul unui client isteric si mitocan care nici macar nu stie sa spuna "multumesc". Pentru simplul motiv ca "doar te platesc, nu?" In nici un loc, sau meserie, densitatea de impostori pe metru patrat nu e mai mare ca in marketing si publicitate.

E interesant ca mai mult este afectata partea feminina, pentru ca, daca inainte exista acest stereotip - cind ai o fata este bine sa intre in invatamint (invatamintul a fost totdeauna feminizat, pentru iti permite sa mai cresti un copil, sa mai faci o mincare, sa mai stai

pe acasa si sa ai timp pentru datoriile de femeie, care trebuie sa tina si o casa), astazi, este ciudat pentru ca nu se mai intimpla , fetele nu se mai fac deloc profesoare - intra in jurnalism, daca au noroc lucreaza la televiziuni -, iar cele care mai exista se duc mai degraba la gradinite particulare pentru bani mai multi. Deci, majoritatea intra in jurnalism si in marketing, profesii extrem de consumatoare de timp, extrem de mobile si de dinamice, la care salariile pot fi substantiale, dar daca stai sa te gindesti mai atent iti dai seama ca de fapt sunt foarte prost platite pentru cit de rar dai pe acasa.

De ce a aparut downshiftingul? Pentru ca este vorba de manipulare, de o anume conditionare in privinta statutului de consumator. Se zice ca femeile vin tarziu acasa, dar cu foarte multi bani, cu banii aceia cumpara foarte multe lucruri si il fac pe copil sa devina la rindul lui consumator si il conditioneaza. Copilul, la rindul lui, este plin de bani, dar fara parinti - copilul neglijat dar cu bani, poate ajunge violent, sau poate fugi de acasa. Consumul de droguri este si o forma de protest nu numai o adictie, un semnal de alarma pentru parinti, pentru ca imitatiea nu este suficienta ca sa explice raspindirea acestui fenomen.



Ca fenomen, downshifting-ul nu merge la noi, mai ales pentru ca el are si o componenta intelectuala, care include preluarea critica a valorilor, posibilitatea de a fi reflexiv cu propria ta viata, plasarea intr-un cimp al invatarii de calitate ai al cresterii personale, practic imposibila in conditiile in care stai zece ore la

serviciu, te duci la workshopuri, teambuilding - uri (aflute la noi in plina moda). Toate duc la confiscarea individului pentru profit.

Tineti minte ca in '90 atractia fata de domeniul privat a fost marita si prin schimbarea limbajului de nomenclatura a muncii, orice contabil era director economic. Toate aceste etichete care citeodata nu ma i aduc bani, dar care psihologic motiveaza individul si il fac ca sa accepte sa lucreze mai mult, uneori fara o crestere salariala, pentru prestigiu, flateaza nevoia de statut. Este vorba despre o nevoie psihologica folosita foarte mult in manipulare. Atit a vreme s-a spus ca nu este bine sa existe relatii sotsotie la slujba, acum se reia ceva care seamana foarte mult cu comunismul. Dimpotriva, trebuie sa fie casatoriti, sa stea cit mai mult acolo, sa aiba gradinita pentru

copii si unde sa manince, individul nu mai are decit week-endul care uneori poate fi petrecut cu colegii de la slujba in continuare, deci practic este o "deprivatizare" a individului. Acesta se intimpla la



noi si oamenii nu au nici un pic de spirit critic, au sarit cu atita graba in aceasta poveste care este realmente gindita foarte bine, tocmai pentru a confisca total un individ in favoarea profitului.

Psihologii s-au gindit foarte bine, creste numarul de divorturi, femeile si barbatii nu mai pot sta impreuna nici

macar in week-end

deoarece toate aceste reuniuni (teambuilding - uri) se fac de obicei in afara, se cheltuie foarte multi bani, te incinta ca este un hotel scump, dar trebuie sa raspunzi la intrebarea ce se intimpla cu familia, pe care nu poti sa o neglijezi. Ideea transmisa prin downshifting este aceea de a invata sa stii cind sa te opresti, pentru ca nu ai nevoie de mai mult ca sa poti sa ai satisfactii nebanuite in viata, sa nu devii un robot, un om "simplificat" , un nevrotic sau un isteric. Acesta necesita o depasire a ideii de supravietuire, un om care supravietuieste fie nu mai face nimic si atunci il tiraste societatea ca stat, fie intra in aceasta cursa pentru ca nu mai vede nici o alta alegere. Cind ai foarte multi bani si continui sa muncesti ca un robot, sau cind ai mult mai mult decit iti trebuie, ideea de a reconsidera ce iti trebuie (cu cele doua componente: materiala si spirituala) e vitala. Partea spirituala nu se poate face in supravietuire.

Deteriorarea relatiilor interpersonale este o consecinta a lipsei de timp. Vedem in filme politisti extraordinar de motivati, care lucreaza foarte mult si sunt parasiti de sotii (aici poate ca nu este vorba de partea materiala ci de faptul ca nu esti in stare sa ai o proportie fericita, echilibrata intre investitiile pe care le faci profesional fata de cele pentru familie), care stau cu o sticla de whisky singuri in camere destul de modeste. Este vorba de a -ti regindi existenta si de a vedea ce prioritati trebuie sa ai in raport cu o existenta in care sa nu uiti ca exista si natura si timp liber, sa revalorizezi prietenii si lectura, sa te uiti in dreapta sau stinga, sa ai surse multiple de satisfactie personala. Acest lucru cred ca la noi inca nu este posibil, suntem inca morti dupa vitrine.

Cred ca downshifting- ul aduce o mai buna convietuire intre "a fi" si "a face", pentru ca se zice ca occidentul este centrat pe "a face", fara simt critic, iar ceilalti sunt pe "a fi", fara simt critic (se zice ca in India exista obezitate spirituala, iar in America exista

obezitate materiala). Totusi in civilizatie exista nevoia de confort, de a nu te chinui, nu poti dormi pe strada, nu poti trai in halul in care se traieste in tarile cu obezitate spirituala. Nu suntem in stare sa luam ce e bun dintr-un loc si ce e bun din celalalt loc si sa facem o sinteza care sa fie superioara fiecareia din cele doua forme, sa nu traim in extreme.

Retina isi pierde sensibilitatea atata vreme cit nu mai exerseaza alt peisaj decit canile de cafea, aparatele de facut cafele si monitorul computerului. De altfel si lectura s-a pierdut tot din acest motiv si cred ca se petrec anumite lucruri foarte interesante din punct de vedere psihologic: se mareste nevoia aceasta isterica de alternanta, de schimbare pe care o propune modernitatea in detrimentul capacitatii de concentrare. Filmele de actiune induc un ritm alert al vietii, care se rasfringe asupra psihismelor noastre.

Toepler spunea ca oamenii nu mai investesc in alti oameni, investesc in obiecte de aruncat, de unica folosinta. Un anumit tip de cultura a relatiei se pierde, avind in vedere ca suntem intersanjabili, oamenii nu se mai fixeaza in relatii de lunga durata, suntem ca intr-o miscare browniana, toti oamenii sunt frumosi, frumusetea se vinde, aceasta cursa de a fi altul si un refuz de a fi tu pina la urma.

Aceasta necorelare intre nevoia de afirmare a Eu -lui (a devenit din ce in ce mai mica afirmarea de sine, trebuie sa semeni cu Cher, cu Britney Spears) si dependenta de altii, de grup, reprezinta o negare a unor principii psihologice adinci, care sigur modifica structura personalitatii. Nevoia excesiva de imitare - modelele celebritatii -,



admiratia pentru persoanele cu vizibilitatea sociala, care apar la televiziune, publicitatea, aceste identificari care se propun si care sunt preluate cu totul necritic este proprie prezentului. Televiziunea este o oportunitate foarte cautata pentru ca vizibilitatea sociala poate avea efecte pozitive: gasesti o slujba, iti faci relatii, te

poti cupla, poti sa faci aranjamente, te poti "marketa"etc.

Downshiftingul este un si un refuz al formei fara continut. Astazi, industria schimbarii, a denaturarii, sau a renaturarii chirurgia estetica, de pilda, e la moda pentru ca inegalitatea prin natura era singurul lucru care facea ca oamenii sa fie diferiti cel putin din punct de vedere fizic... Acum daca se pierde acest lucru - cum este si

firesc - posibila explicatie ar fi ca nu putea sa se nasca decit intr-o epoca in care s-a lansat transplantul si clonarea. Cineva spunea intr-un interviu ca "toti oamenii vor fi foarte diferiti, foarte frumosi, la fel". Nu este decit o schimbare a formei, continutul nu conteaz . Imaginea este totul.



Suntem in pline provocari ale identitatii: cine esti, ce alegi, de unde esti, din ce grupa faci parte. Avem foarte multa informatie, cimpul de alegeri este urias, dar ne lipseste discernamintul si ne lipsesc criteriile. De ce este bine asa si de ce nu este bine asa? Daca inainte opozitia între bine si rau avea o demarcatie clara, existau percepte religioase - asa e

bine, asa nu e bine, astazi nimeni nu iti spune ce e bine si ce e rau. Tu trebuie sa alegi si sa suporti consecintele.

ED: Estimati ca vor exista niste apropieri intre marile companii si fenomenul downshifting, pentru a impiedica exodul de capital uman catre aceasta deschidere a vietii?

AL: Nu stiu, ma gindeam ca exact acest evazionism va fi preluat de cineva care va vedea un profit, l-ar prelua si apropia, l-ar transforma intr-un profit in sensul ca nimic din ce rasare ca germene de interes nu ramine ascuns. Aici cred ca exista un pericol pentru ca sunt de acord ca s-a nascut transplantul. Apar, inasa, si forme patologice ale unei intentii bune de la inceput. De altfel, in cartea lui Beigbeder chiar acest lucru se spune: ca te refugiezi pe o insula si acolo se reia acest ciclu, in sensul ca incepi sa te plictisesti ca ai numai natura, ca maninci, ca stai degeaba, ca ai multi prieteni si intri intr-un alt tip de nevroza.

ED: Vorbim de o limita a downshiftingului, daca mergi catre extrema aceasta te paste ruperea totala de lume.

AL:Haideti sa luam fenomenul "hippies", care sa zicem ca nu poti sa il vezi ca un downshifting, inasa intr-un fel de avangarda poti sa il vezi daca fortam putin lucrurile. Refuz scoala, refuz caldura, refuz apartamentul, acest mit al lui Robinson Crusoe care ne bintuie din cind in cind si pe care se bazeaza si evaziunea catre tara, catre rustic. Dar ce s-a observat pina la urma? La primele boli mai dure, au

fugit la spital. Prin urmare, e foarte greu sa iti asumi ceva cu totul nou. Pina la urma suntem convinsi si de beneficiile socialului. Ideea este ca stilul de viata a devenit o problema, a alegerilor in societatea de astazi. La un moment dat se spunea despre femei: te mariti repede, faci repede un copil, il cresti pina la 26, 27, 28 de ani si la 28 ani cu un copil mare iti incepi viata. Poti face o facultate, esti inca tinara si poti sa iti reiei o alta viata. Se poate si invers, iti incepi cariera, lucrezi de inebunesti si la 34, 35 ani cind esti pe ultima suta de metri faci un copil. Acum la noi se poarta adoptia, anumite categorii, din varii motive s-au gindit sa impace si capra si varza si atunci isi fac o cariera, castiga bani si fiind si mai eliberate de maternitate, adopta copilul ca o forma de a compensa frustrarile.. Pe de alta parte, copilul devine o forma de lux,



pot sa imi permit un copil in conditiile astea, nu ca il fac sau il iau si il cresc, pentru ca eu fac banii, eu i-am facut si nu depind de nimeni. Este o actiune voluntar - monoparentala la aceasta categorie.

Avem foarte multe forme. Una peste alta ideea este ca stilul de viata incepe sa preocupe foarte mult individul si cred ca daca o luam filozofic, motivul se naste din ideea aceasta a utilitatii vietii. Inainte viata se traia, acum trebuie sa ii gasesti o justificare.

ED: Adica intii traiesti particica aceea de viata si dupa aceea iti mai trebuie alti 15 ani sa o explici.

AL: Exact. In orice caz omenirea este extrem de pestrita si exista foarte multe formule pe care ti se propun ca fezabile. Cind am zis de subdiviziuni m-am referit de exemplu la casatorie. Vrei relatii seriale fidele sau vrei hopuri, urcusuri si coborisuri, incet incet, ai facut o investitie in cineva, sau mergi in aceasta idee de relatii seriale. Ai de ales. Era mult mai comod cind ti se spunea cum trebuie sa faci. Era clar ca era inspre binele tau sa preiei un model. Acum esti pus in fata multor modele, submodele sau contramodelle si trebuie sa alegi ce vrei.. Ideea este ca viata nu are sens, ca trebuie sa ii dai tu un sens. Inainte avea un sens in sine, acum trebuie sa ii gasesti tu sensul, ceea ce reprezinta o intreprindere destul de dificila. Uneori am vazut ca acest lucru poate fi si una dintre explicatiile sinuciderii la tinerii care nu gasesc acest sens. Cel care sa-ti spuna ca merita sau ca este o datorie sa traiesti.. Generatiile mai vechi nici nu si-au pus problema, traiau pur si simplu.

ED: In privinta mediului romanesc spuneti ca downshifting - ul nu e de interes, de actualitate. Puteti face o estimare, in privinta a ceea ce ar mai trebui sa treaca peste noi, ce ar trebui sa mai invatam pentru a ajunge in ipostaza de a mersa catre acest fenomen?

AL: Cred ca ar trebui sa fie mai multa bunastare materiala, pentru ca reflexia fata de propria viata in termeni mai evoluati nu se face decit in momentul in care ai asigurate conditii de viata decente. Nu neg ca oamenii care sunt foarte saraci nu isi pun probleme de ce sunt in halul asta de saraci si de ce viata este atat de amara, dar o fac in alti termeni decit cei care au tot ce le trebuie, sau in orice caz sunt multumiti si isi pun problema ce fac cu viata lor. Primii trebuie sa lupte ca sa traiasca, iar ceilalti trebuie sa dea un sens vietii. Este o mare diferenta.

Cind am citit despre downshifting pot sa va spun ca mi-a venit in cap un banc destul de banal, de altfel, care prinde extraordinar de mult acest fenomen: un om sta pe malul marii si cineva vine si ii spune sa ii prinda niste peste, iar el ii spune ca nu, pentru ca sta pur si simplu si contempla marea. Acesta ii spune: iti dau bani si nu o sa mai ai barca asta prapadita, o sa iti iei una mai buna. Tot nu vroia.



Acesta incepe sa ii arate care sunt avantajele: daca prinzi peste mai mult cu barca cea buna o sa poti sa iti iei un vapor si daca iti iei un vapor o sa iti poti face o fabrica de conserve de peste si o sa lucreze altii pentru tine si tu nu o sa faci nimic, la care omul raspunde: si acum ce fac? Probabil ca acel om avea o casa deasupra capului, vremea era destul de ospitaliera

cu el, peste putea sa isi prinda daca ii era foame si nu isi dorea sa intre in aceasta cursa.

ED: Considerati ca oamenii care au beneficiat de provocarile downshifting-ului intr-o anumita portiune a vietii lor vor fi capabili sa genereze alte valori pentru societate decit cele la care au apelat initial, adica vor putea sa genereze valori postmoderne? Daca da, in ce sens?

AL: Cred ca da, in sensul ca poate sa arate faptul ca avea de mic mai multe motivatii, hobbyuri, de a fi plasat mai realist intre principiul placerii si principiul realitatii, te face ca oricind sa te poti opri si sa ai ce face, sa nu ramii gol. Hobby-ul, cum se zice in

sociologie, raspunde unui eu neutilizat. Vorbeam de principiul placerii si principiul realitatii: exista principiul realitatii, trebuie sa faci un pact cu lumea, cu nevoile, dar trebuie sa iti ramina ceva care, sa raspunda unor nevoi personale, sa-ti dea satisfactii. Este de dorit sa iti ramina permanent niste lucruri pe care vrei sa le faci. Trebuie sa stii ce sa faci dupa aceea. Sunt foarte multi oameni care se plictisesc, care nu isi dau seama ca ar putea fi folositi, iar societatea nu ii foloseste, ei devin resurse umane care se irosesc. Dar la noi exista acest curent, daca nu -ti da bani sa nu faci. Aici remarc o deosebire fata de lucrurile bune pe care le-am descoperit in strainatate, ca mai poti fi util, ca mai poti sa te duci undeva, socializarea in orice caz este un fapt pozitiv, nu poti sa te retragi din lume..



Este nevoie in aceasta viata de relatii, ori pentru aceasta trebuie sa intelegi ca uneori ti se face un bine, ca lucrurile nu sunt alba - neagra, ca sa poti sa spui ca te duci sa te ocupi de niste copii paraziti sau de natura, dar daca nu imi dai nici un ban mai bine stau acasa. E foarte gresit pentru ca foarte multi oameni intra in depresie tocmai pentru ca nu sunt relationati sau nu -si gasesc o utilizare. Acesta este un lucru negativ in societatea romaneasca. Sigur ca exista oameni saraci care trebuie sa alerge dupa bani si nu pot face astfel de lucruri, dar sunt oameni care ar putea face ceva, dar care prefera sa stea pasivi.... Downshiftingul presupune o schimbare de stil de viata pina la urma, stilul vietii se schimba total, dar pe de alta parte el nu putea sa apara la noi in societate, la noi este prematur sa admitem o asemenea evolutie... Nu neg insa ca sunt oameni care ar putea sa faca downshifting si nu fac, ceea ce inseamna ca fie sunt definitiv pierduti, fie ca nu au alte resurse, fie nu au nici o motivatie intrinseca, adica in sistemul lor de valori prietenia, natura, lectura, informatia, etc, nu exista. In incheiere as spune ca oamenii cauta frumusetea vietii in marile reusite si asa mai departe, fara a acorda importanta gesturilor mici, cotidiene.. De fapt acestea fac cursul vietii. Viata are si ceva care trebuie trait, adica munca e foarte buna, insa ideile despre munca si activitate trebuie reconsiderate. Lucrurile mici sunt importante. Este ca atunci cind esti concentrat pe ceva si nu mai vezi nimic in jur.