



Use of Digital Detox Trend in Foreign and Domestic Marketing Communication

O. A. Makurina¹

¹P. G. Demidov Yaroslavl State University, 14 Sovetskaya str., Yaroslavl 150003, Russian Federation

Research Article
Full text in Russian

The article describes the practice of using in marketing communication a new public request associated with stress and fatigue of modern man from constant connection and information noise, and the resulting desire to take a break from the phone, computer and Internet. The article states that these sentiments, first of all, adopted the tourism business, which began to offer such a service as a no-gadget holiday, no-gadget tour, during which customers abandon modern technology and are engaged only in analog practices-communication with nature and with each other, yoga, horse riding, surfing and other activities depending on the place of stay. In addition, the desire to stay offline is increasingly used by catering and recreation, restaurants and cafes, including fast food. However, as the comparative analysis shows, the foreign experience in this direction is much richer and longer than the domestic one, which is primarily due to the high level of Internet penetration in Europe and the United States, and hence earlier than we have, the onset of fatigue from constant connection.

Keywords: digital detox, unplugging, netiquette, anti-digital campaign, tour without gadgets, analog practice

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Olga A. Makurina | E-mail: omakurina@mail.ru
(correspondence author) | Associate Professor of communication theory and practice

For citation: Makurina O. A. Use of Digital Detox Trend in Foreign and Domestic Marketing Communication // Social'nye i gumanitarnye znaniya. 2019. Vol. 5, No 1. P. 78–85. (in Russ.)



Использование тренда digital detox в зарубежной и отечественной маркетинговой коммуникации

О. А. Макурина¹

¹Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, ул. Советская, 14, Ярославль, 150003, Российская Федерация

УДК 811

Научная статья
Полный текст на русском языке

В статье описывается практика использования в маркетинговой коммуникации нового общественного запроса, связанного со стрессовыми состояниями и усталостью современного человека от постоянного подключения и информационного шума, и возникающего в связи с этим желания отдохнуть от телефона, компьютера и интернета. В статье показано, что данные настроения в первую очередь взял на вооружение туристический бизнес, начавший предлагать такую услугу, как безгаджетовый отпуск, безгаджетовый тур, во время которого клиенты отказываются от современных технологий и занимаются только аналоговыми практиками – общением с природой и друг с другом, йогой, верховой ездой, серфингом и другими активностями в зависимости от места пребывания. Кроме того, желание побыть офлайн все чаще используется заведениями общественного питания и отдыха, ресторанами и кафе, в том числе быстрого питания. Однако, как показывает сравнительный анализ, зарубежный опыт в данном направлении гораздо богаче и продолжительнее, нежели отечественный, что связано в первую очередь с высоким уровнем проникновения интернета в странах Европы и США, а значит, и с более ранним, чем у нас, наступлением усталости от постоянного подключения.

Ключевые слова: цифровой детокс, отключение, сетевой этикет, антицифровая кампания, безгаджетовый тур, аналоговая практика

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Макурина Ольга Александровна | Email: omakurina@mail.ru
(автор для корреспонденции) | Доцент кафедры теории и практики коммуникации

Для цитирования: Макурина О. А. Использование тренда digital detox в зарубежной и отечественной маркетинговой коммуникации // Социальные и гуманитарные знания. 2019. Том 5, № 1. С. 78–85.

Digital detox, или цифровой детокс, можно определить как осознанный отказ людей от использования смартфонов, компьютеров, интернета и своего присутствия в нем на определенное время. Речь идет не об ограничении «через силу» или «из-под палки», а именно о желании побыть оффлайн. Причину возникновения этого желания нередко по аналогии описывают через физические возможности любого человека. Как желудок здорового человека не может потреблять вредную пищу в большом количестве, так и информацией – возможно цифровое ожирение, «инфоксикация», как образно определил это известный зарубежный медиаэколог Нил Постман.

Безусловно, таким настроениям в большей степени подвержены жители больших городов, у которых и работа, и досуг, и личная жизнь тесно связаны с интернетом как источником информации и средством связи. В небольших городах и поселках, наоборот, невысокое проникновение интернета, поэтому здесь речь идет не о digital detox, а, скорее, о digital outsiders, то есть о людях, которые не выходят в сеть регулярно по социальным причинам: отсутствия возможности доступа или технического навыка, относительно недешевой материальной базы. К ним, наряду с сельскими жителями, относится и основная масса представителей старшего поколения.

Что же касается digital detox, то такой отказ от интернета продиктован усталостью от постоянного подключения, избыточного потока информации и информационного шума, а в целом ряде случаев и стрессом, который возникает в результате мультизадачности от постоянно поступающих на смартфон оповещений, «всплывающих» сообщений и т. д. Оффлайн становится способом отдохнуть от информационной перегруженности. И если еще совсем недавно было время FOMO (fear of missing out) – страха быть не в курсе дел, упустить события из жизни города, знакомых, друзей, коллег, который подталкивал постоянно следить за лентами социальных сетей, то сегодня не так уж редки настроения JOMO (joy of missing out) – удовольствие пропускать события, которые не касаются лично тебя, и тратить освободившиеся силы и время на реальное общение и аналоговые практики.

В результате цифровой детокс все больше и больше входит в повседневную жизнь современных людей. Кто-то устраивает «цифровые шавбаты», отказываясь от интернета и гаджетов в выходные. Кто-то в качестве досуга и отдыха сознательно выбирает не связанные с нахождением в сети виды деятельности: бег, рисование, прогулки на природе и т. д. Уже достаточно распространена практика, когда люди разрабатывают правила обращения с гаджетами в своем мини-сообществе и потом их придерживаются. Например, если компания из пяти друзей собирается в кафе, то как минимум трое должны быть одновременно задействованы в реальном общении, а одному или двоим разрешается воспользоваться смартфоном. Есть примеры, когда при посещении кафе вообще не выкладывают гаджеты из сумочки или кармана на стол, потому что засветившийся экран телефона от входящего звонка или уведомления из мобильного интернета все равно отвлекает внимание и является раздражителем, даже если абонент не читает и не отвечает. Все чаще и чаще начинают устраиваться безгаджетовые вечеринки, когда в течение всего мероприятия нельзя пользоваться смартфонами и на первый план выходит реальное общение друг с другом.

Постепенно существующие правила этикета начинают дополняться нормами, перечнем действий, связанных с использованием смартфонов в общественном месте и межличностной коммуникации. Например, немало внимания уделяется

данной теме в книге «Не кладите смартфон на стол. Правила этикета, которые помогут вам всегда быть на высоте», написанной известной голливудской актрисой Лив Тайлер вместе со своей бабушкой Дороти Джонсон – основательницей Вашингтонской школы протокола, известной писательницей и признанным экспертом по этикету. Вот лишь некоторые выдержки из книги: «Если вы встречаетесь с другими людьми, будь то свидание или встреча с друзьями, всегда будьте тактичны и внимательны к тем, с кем вы общаетесь. Не звоните сами и не отвечайте на звонки по мобильному телефону. Вы пришли для того, чтобы поддержать интересную беседу с присутствующими, а не с теми, кто вам звонит. При личном общении неприлично прерывать разговор, чтобы ответить на звонок или отправить смс-сообщение другому человеку... Друзья, знакомые или деловые партнеры усаживаются за стол. Один из них небрежно выдвигает из кармана брюк (или сумочки) смартфон. Устройство остается величаво покоиться на столе, чтобы раздражать присутствующих уведомлениями и звонками. И травить души окружающих, ведь уже в самом начале их предпочли умной железяке. Помните, вне офиса или дома лучше всего держать личное средство связи в кармане или сумочке. Возможность постоянно быть на связи далеко не всегда идет на пользу. Дайте своему смартфону отдохнуть. Чаще обращайтесь внимание на людей вокруг – и, мы не сомневаемся, они вас еще больше полюбят.» [1, с. 58].

А вот что пишет в книге о личном осмыслении и опыте использования гаджетов Лив Тайлер: «Жизнь требует от нас, чтобы мы смотрели по сторонам и слушали, а мир информации, работы и развлечений заставляет нас не поднимать голову от экрана. Обрести гармонию очень непросто. Технологии могут вызывать привыкание. Нам всем знакомо чувство, когда мы ощущаем себя рабами наших мобильных телефонов. Утром мы первым делом хватаемся за них, иногда даже еще не встав с постели, и именно на них мы смотрим перед тем, как заснуть. Я стараюсь соблюдать баланс. Я мать, и мне небезразлично, какой пример я показываю своему сыну, если он половину времени будет видеть меня уткнувшейся в телефон и слышать: «Подожди, милый». Я установила для себя некоторые правила для телефона / компьютера и стараюсь их придерживаться. Я не кладу мобильный телефон у кровати, а оставляю его в соседней комнате. Я специально отвожу время для того, чтобы прочитать электронные письма и смс-сообщения и ответить на них. Мне кажется более продуктивным выделить некоторое время в течение дня, примерно 30 минут, чтобы сосредоточиться и прочитать несколько накопившихся сообщений, чем читать их сразу, как только они пришли. Я выключаю мобильный телефон, когда обедаю или ужинаю дома или за пределами дома с друзьями. Получайте удовольствие от того времени, которое вы проводите с другими людьми, поговорите с ними. Кто обрадуется тому, что каждый из присутствующих говорит с тем, кого нет рядом? Если я на работе или с семьей, то ставлю телефон в режим «без звука» или включаю режим вибрации, чтобы сосредоточиться на том, что я делаю, или на тех, с кем общаюсь» [Там же. С. 119]. В целом нормы поведения с гаджетами пока находятся у нас в стране в «серой зоне», но если все-таки принять предложенные в книге советы, то они, безусловно, способны помочь пользоваться смартфоном, во-первых, этично – так, чтобы ваши действия не задевали чувств окружающих, не раздражали и не обижали их, а во-вторых, экологично – так, чтобы соблюдался личный баланс между реальным и виртуальным общением.

Безусловно, практика digital detox более развита в США и странах Европы, так как там выше степень проникновения интернета, и усталость от гиперподключения наступила раньше, чем в нашей стране. За рубежом цифровой детокс начинает распространяться не только на личном, но и на институциональном уровне. Например, в школах проводятся digital detox days, состоящие из специальных уроков, показывающих детям, что мир без гаджетов не менее интересен. А в Америке и вовсе учрежден National day of unplugging, когда людей призывают провести день без интернета, компьютера и смартфона. Бизнес также взял развивающийся тренд digital detox на вооружение и начал предлагать потребителям соответствующие продукты. Например, специальное программное обеспечение, которое делает гаджет недоступным или блокирует отвлекающие сайты на некоторое время, чтобы пользователь мог сосредоточиться на каком-то деле, мыслях или просто отдохнул от информации. Это программы SelfControl и Anti-Social, приложение Flipd, браузер для iOS, основной особенностью которого является то, что пользователь видит только страницу, с которой работает в данный момент.

Есть и программное обеспечение, которое задействует механизмы моральной или материальной стимуляции. Так, приложение Digital Detox Challenge заставляет платить деньги, если пользователи не сдержали данные себе обещания по цифровому детоксу. Программа TrackTime дает полную информацию о том, как расходуется время за компьютером, предполагая, что осознание проведенных впустую часов подтолкнет пользователей к переменам. Можно и дальше приводить примеры подобного программного обеспечения, однако хочется отметить другие решения, помогающие сокращать зависимость от смартфонов. Это устройства, которые можно носить с собой, но на которых установлен более ограниченный, чем на гаджетах функционал. Например, смарт-часы Samsung Gear S2 3G позволяют только звонить, отправлять сообщения и слушать музыку. Минимальным набором функций также оснащены телефоны Luna Phone, Janus One и Punkt MP 01.

Однако есть и креативные варианты, превращающие повседневные вещи, по своему прямому назначению не имеющие отношения к современным технологиям, в гаджеты для цифрового детокса. Так, дизайнер Агата Новак создала кресло, блокирующее мобильные и wi-fi сигналы и оснащенное специальным кармашком для смартфона. Умные ботинки In Good Company также блокируют доступ к интернету, но не лишают возможности получать сообщения от внесенных в белый список контактов. Компания Vinea предлагает кольца, ожерелья и браслеты, которые вместо смартфона уведомляют пользователей легкой вибрацией о входящих сообщениях и звонках, причем только о самых важных или от приоритетных контактов. Бренд соусов Dolmio создал перечницу Dolmio Pepper Hacker, которая одним движением блокирует wi-fi, телевизор и мобильные приложения, стремясь возродить традицию общения за ужином.

Набирает обороты и такой способ цифрового детокса, как пребывание в каком-либо месте без интернета. Первопроходцами в этой практике также стали Европа и США. Например, рядом с Сан-Франциско есть лагерь для взрослых Digital Detox Summer Camp, в котором можно провести несколько дней без смартфона, общаясь друг с другом и с самим собой, отдыхая на природе и занимаясь духовными практиками. В калифорнийском лагере Camp Grounded запрещены вообще любые цифровые устройства, в том числе фотоаппараты, а также нельзя говорить о том, что связано с социальным статусом: о работе, возрасте, зарплате и т. д.

В России подобный лагерь появился лишь в 2017 году. Он называется «Все выключено» и был создан по инициативе бизнесмена Дмитрия Никитина в Татарстане. Вот как рассказывает о нем сам организатор: «В Калифорнии есть лагерь, который проводит Digital Detox для взрослых. Я взял эту идею и адаптировал под наши условия... Смена длится с вечера пятницы до вечера воскресенья... У нас есть одно очень важное правило – в лагере запрещены любые разговоры о работе. Это не место для нетворкинга... Участников мы знакомим еще в автобусе, пока едем до места назначения. Дальше у нас проходит ритуал - участники упаковывают свои гаджеты в крафтовые конверты и запечатывают их. Можно оставить конверт у себя до окончания смены или отдать нам. Некоторые отдают, потому что не уверены, что смогут удержаться от соблазна его вскрыть. В лагере мы проводим спортивные, настольные, интеллектуальные игры, творческие мастер-классы, медитируем. Отдыхающие посещают лекции, участвуют в шоу талантов... Уезжая от нас, люди не хотят снова включать свои мобильные устройства, потому что, оказывается, без этого так хорошо жить» [2]. Стоит отметить, что лагерь «Все выключено» является частью деятельности Дмитрия Никитина по борьбе с интернет-зависимостью и его социально-просветительского проекта «ИнтернетНезависимость». Лагерь, кроме цифрового детокса, преследует также профилактическую цель – участникам рассказывают, как технологии влияют на людей и насколько они от них зависимы.

Желание провести отдых без интернета использует и туристический бизнес. Один из порталов, посвященных данному виду путешествий, так и называется - Digital Detox (<http://digitaldetoxholidays.com/>). Слоган на сайте гласит: «С тех пор, как вы стали зависеть от электронных устройств, мы предлагаем детокс-каникулы, чтобы помочь вам снять стресс». Самым благоприятным временем для этого, безусловно, являются выходные и отпуск, поскольку работа и повседневный ритм жизни все равно заставят вернуться к гаджетам и интернету. А вот отпуск, по мнению представителя турсервиса Hotels.com. Элисона Купера, «должен быть периодом, когда вы ставите все на паузу... время, проведенное без интернета, поможет восстановить баланс важного и неважного в жизни» [3].

По всей видимости, эта внутренняя потребность, пусть и не всегда вполне осознанная, движет людьми, выбирающими отдых в стиле digital detox, а спрос, как известно, рождает предложение. Отели, практикующие цифровой детокс, открываются повсюду: в Северной и Южной Америке, Европе и Азии, Африке и Океании. Причем многие из них располагаются не в глухих или экзотических местах, а лишь немного в стороне от привычных для среднестатистического путешественника маршрутов. Например, на испанском курорте Коста-дель-Соль есть отель The Vincci Seleccion Estrella del Mar, где у гостей забирают гаджеты и выдают инструкции, чем можно заняться без интернета: сходить в SPA или на массаж, устроить себе романтический ужин при свечах, побывать в одной из близлежащих деревушек, попробовать каньонинг, верховую езду и т. д.

Безусловно, растет и популярность мест, которые в силу географической удаленности не оснащены интернетом и могут предложить качественный цифровой детокс. Так, в Three Camel Lodge в Монголии ближайший wi-fi в 300 километрах, а гости приезжают сюда отдохнуть среди завораживающих пейзажей и панорамных видов на Гоби. Или швейцарский отель Montagne Alternative, который расположен высоко в Альпах – попасть в него можно только по узкому серпантину, а проводить время, катаясь на лыжах, посещая хамам, массажи и йогу. Среди предлагающих

пройти цифровой детокс отелей есть и дорогие, и очень скромные. Например, Rancho Esperanza в Никарагуа расположено в рыбацком поселке и часть своих доходов направляет на социальные и образовательные программы для местных жителей. Из развлечений здесь серфинг, изучение испанского, экскурсии, мини-круизы и походы. А для тех, кто хочет спокойно отдохнуть от гаджетов, но беспокоится по поводу обновления своей ленты в социальных сетях, сеть отелей «Ибис» в Швейцарии предложила интересную услугу – няня для «Инстаграма», суть которой состоит в том, что активность в профиле вместо гостей поддерживают популярные блогеры. В течение всего отпуска они выкладывают новые снимки, видеозаписи, а также истории, чтобы страничка отдыхающего не выглядела заброшенной. Услуга «Relax We Post» предоставляется бесплатно и была предложена психологами сети «Ибис» для того, чтобы ограничить своих гостей от стресса и информационного шума хотя бы на период отпуска.

В России опыт организации отдыха digital detox тоже представлен, но пока он очень скромный и опирается, скорее, на личный энтузиазм и интерес отдельных людей. Например, в социальных сетях «ВКонтакте», «Инстаграм», «Фэйсбук» есть группы с названием «Территория Digital Detox» и аналогичным контентом, из которого можно понять, что их ведет молодая пара, очень любящая природу и общение и являющаяся организатором безгаджетовых туров в Абхазию и Сочи. Этот проект начал реализовываться в 2017 году и предлагал в летний сезон в среднем по два digital detox тура в месяц, однако в 2018 году состоялось всего одно антицифровое путешествие. Возможно, это связано с личными обстоятельствами – молодые люди стали родителями, однако если смотреть на весь отечественный турбизнес, то причина видится несколько шире, и, вероятно, время «расцвета» отдыха в стиле digital detox в России еще впереди.

Тенденция усталости от online затронула и сферу питания: акции цифрового детокса начали устраивать кафе и рестораны. Например, в «Sushi Lounge» в Нью-Джерси практиковали скидки клиентам, на время посещения ресторана сдававшим официанту свой смартфон. А в итальянском ресторане «Lebro's» в Нью-Йорке скидки действовали для тех, кто оставляет гаджеты в специальной корзине на входе. Антицифровые кампании проводятся и «МакДональдсом». Так, на Филиппинах она прошла совместно с «Кока-Колой» и включала в себя ТВ-ролики, настольные игры и conversation starters, которые шли в комплекте с каждым BFF Bundle (большой комбинированный обед на несколько персон), «аналоговые часы», во время которых посетителям предлагались аналоговые развлечения: плей-листы с возможностью выбора песни любимого исполнителя, аналоговый мессенджер и аналоговое обновление статусов. Послание кампании звучало как «Благодарны дням, проведенным оффлайн», а ее смысл состоял не в призыве отказаться от цифровой жизни, а больше времени проводить вне сети и посвящать его реальному общению. Другой лидер фастфуда «Бургер Кинг» тоже проводил антицифровую кампанию – Whopper sacrifice. Сеть обещала бесплатный вонпер каждому, кто удалит через специальное приложение 10 своих друзей и сообщит об этом в «Фэйсбуке», однако приложение было закрыто по причине несоответствия политике социальной сети.

Российские бренды и сети здесь опять же отстают, однако использование тренда digital detox приходит и в российские рекламные кампании. Например, в ролике МТС с участием «Квартета И» мужчины то лечатся от интернет-зависимости,

то настолько увлечены интернетом, что не замечают новую секретаршу, зашедшую в комнату. Слоган одной из последних акций чайной компании «TESS» звучит как «ОбщайTESS» и предполагает подарки, среди которых «так много всего, что поможет сделать осенние встречи теплее, какая бы погода ни была за окном», то есть подразумевает живое общение за чашечкой чая. Один из последних видеороликов, рекламирующих сливочный сыр «Хохланд» на отечественном рынке, построен на истории, как отец и сын едут вместе в поезде. Папа пытается общаться с уткнувшимся в экран смартфона мальчиком и рассказать ему воспоминания из своего детства, вероятно, про то место, куда они направляются: «Так вот, мы на эту речку с ребятами каждый день бегали, плот строили, рыбу ловили, да я ее переплывал сто раз...». Сын односложно реагирует, не отрываясь от телефона, и отец разочарованно берет в руки газету. Тогда мальчик достает сыр, делает бутерброды и просит продолжать: «Пап, ну что ты про речку говорил?». И отец рассказывает дальше, а зрители видят живое общение, перейти к которому помогает рекламируемый продукт, а также пользу и удовольствие, которое оно приносит обоим. Итоговый слоган ролика гласит: «Хохланд» верит, что каждая минута с близкими помогает лучше понять друг друга».

Таким образом, если раньше в маркетинговой коммуникации потребителям постоянно напоминали о важности всегда быть на связи, то теперь все чаще и чаще демонстрируется благо, которое приносит оффлайн, используется желание людей отключиться, отдохнуть от интернета и гаджета.

Ссылки / References

1. Джонсон Д., Тайлер Л. Не кладите смартфон на стол. Правила этикета, которые помогут вам всегда быть на высоте. М: Эксмо, 2016. 176 с.
2. Интернет-зависимость может вызвать информационный инфаркт. URL: <https://realnoevremya.ru/articles/82428-intervyu-s-borcom-s-internet-zavisimostyu> (дата обращения: 07.11.2018)
3. Всем нужен диджитал-детокс. URL: <https://lenta.ru/articles/2015/02/25/digitaldetox/> (дата обращения: 07.11.2018).