

ЕТИЧЕСКОТО ОГРАНИЧЕНИЕ НА ДИГИТАЛНИЯ МИНИМАЛИЗЪМ

ДАНИЕЛА СОТИРОВА

Технически университет – София

dasotirova@yahoo.com

THE ETHICAL LIMITATION OF DIGITAL MINIMALISM

DANIELA SOTIROVA

Technical University - Sofia

Abstract

Conceptualization of digital minimalism is discussed in this paper - a new term that appeared in 2019. The intention is to define the phenomenon and consider its chances to be a stopper or regulator of our occasions today, when digital connectivity is about to become our primary social reality. Proposed interpretation is in the perspective of moral philosophy and applied ethics, and a problematizing the reasonable restrictions of using ICT in comparison with the so-called hungry (restrictive) digital diet is offered. A critical reflection on minimalism and the ethics of minimalism is developed as a limitation that became necessary when the narrative of techno-maximalism has already been exhausted. Apart from being philosophical, digital minimalism is also seen as behavior that requires regulation, as well as rules and advice. Digital minimalism today is becoming an important but neglected component of digital competence.

Keywords: digital minimalism, limitation, digital experience, ethics of minimalism, digital competence.

Уводни думи: „дигитална гладна диета“ или разумно ограничаване?

Еволюцията на информационно-комуникационните технологии (ИКТ) е социалният феномен, който променя битието ни със стряскащи темпове. Последниците от това стават все по-неопределими като посока и дългосрочен ефект. Хуманитаристът (и етикетът сред тях) са онези експерти и образоващи групи, които са длъжни да удържат във фокус картината на накърнено „човешко условие“ и „участ“, като опазват традиции на критическия поглед и на философска рефлексия върху агресията на новото.

Заедно с „препатили“ програмисти и потребители в мрежата, социални мислители днес алармират за зависимости и пристрастяване към ИКТ, настояват за *паузи и бягства*

в ежедневието от компютри и смартфони. Наистина диктатът на дигиталното общуване нарушава дълбоко вкоренени разбирания от „старото“ ни аналогово битие. Вече загубват смисъл думи, означаващи жизнени сфери от „прекрасния стар свят“ на доинформационното общество - в дигиталния живот се стопяват пространствени и времеви разлики между продукт и неговото разпространение, между дом и месторабота, образование и труд, работа и почивка, интимност и публичност.

Ще отделия промяната в смисъла на ключово за традицията на моралната философия понятие - *опит*. Въвежда се и набира популярност словосъчетанието *дигитален опит* - взаимодействие между човек и организация, възможно само чрез дигиталните технологии (Reyes, 2019). Без съмнение тази дигитална трансформация преобразява неусетно отношения, приоритети, текущи отговорности. Смятам обаче, че са неприемливи *алармизма и вторачването в опасностите* от новото, които като че ли са характерни за философско-футурологичното разсъждение, търсещо упование в непреходното и „изконното“. Досега почти всеки разлом е бил посрещан с тревога и страх, с често настояване, че бъдещето е мъчилице. Различават се по-малко на брой гласове на „разумни оптимисти“, склонни към прагматична рефлексия върху дигитален опит. Тук е уместна сентенцията на О. Уайлд „*всички сме в канавката, но някои от нас гледат към звездите*“ (Wilde, 2001). Приемаме, че ИКТ драстично са променили живота и са объркали досегашните ни представи за опитност, но никой не смята, че трябва да режим оптичните кабели – всякакъв „компютърен лудитизъм“ е абсурден. Нараснало е обаче очакването за *рационализация на новия опит* и за по-ефективно адаптиране към цифрово съществуване. Интернет и другите социални медии не унищожават човешкия свят, но начините, по който те ни влияят, се нуждаят от контрол и *самоконтрол*. В определени моменти е нужно вглеждане и преподреждане на приоритетите чрез осмисляне на това какъв вид иновации са за предпочитане сред многото възможни. *Приоритизирането и изборът* са важни почти за всеки във всекидневните му действия в дома, офиса и на публични места. Лавинообразно нараства предизвикателството да търсим свои обосновки на въпроса *как да проектираме и контролираме* всепоглъщаща инфосфера, в която сме потопени. Екстремните призови и рецепти за тотално отричане от употреба на ИКТ не вършат работа. Гладната диета на отказ от дигитална комуникация е неосъществима за повечето хора. Подлагането на „*дигитален детокс*“

често, редовно или пък рязко трудно постига траен ефект. Необходима е по-задълбочена, т.е. - ценностно осмислена и персонално възприемана изпробвана стратегия на поведението.

Нека да започнем с *ограничаването*, отговаряйки на удачно подбрания фокус на конференцията по етика. Ограничаване е дълбоката същност на разглежданата в този доклад алтернатива. При него има определяне на репери и бариери, правила и съвети, чието формулиране не е само техническа задача по обобщаване на преживяно и наблюдавано. Ограничаването има социално, индивидуално-психологическо, поучително-възпитателно измерение. Ето защо *етиката на ограничаването и самоограничаването* е неизбежна тематизация. Именно тя е средоточие на разбиранията за дигиталния минимализъм.

1. Ограничаване, минимализъм и етика на минимализма

Ограничение е понятието, неслучайно събрало вниманието на колегията на настоящия форум. Под ограничение като *посочване на граници* се разбира, от една страна пространствено - като разполагане в дадена среда. То е *белег на развитие на обстановката и контекста на мястото, определящи условията за успешност* на дадено действие или процес. От друга страна, ограничение е термин, с който се назовава слабост, недостатъчна способност или неспособност и неадекватност за извършване на нещо по ефикасен начин и с ефективен резултат. И двата смисъла, условно наричани външен и вътрешен, обективен и субективен смисъл на ограничението, са уместни, когато разсъждаваме по повод „*злоупотреба с ИКТ*“. И двете възможни перспективи се отчитат в настоящия аналитичният преглед и етическа интерпретация на поведенската стратегия дигиталния минимализъм.

Минимализъм е второто широко използвано понятие, чиято употреба следва да се напомни и уточни. То е пример за термин, до който интуитивно се прибегва в теми от областта на изкуствата и архитектурата, програмирането или модата, без да има консенсусно и дисциплинарно ограничени дефиниции. Ето защо би могло да се приеме за водещо, че под минимализъм днес се разбира при първо приближаване *стил на живот*. За него са определящи ценностите на антипотребителството (антиконсуматорския стил на живот с ограничения в потреблението). Второ, за

минимализма е същностно своеобразно самоограничаване в търсенето на цели и съотнасянето им със средствата за постигането им. Голямата човешка цел да се търси жизнен смисъл, според минимализма следва да се постига със средства, които не са свързани с потреблението - то не може да е способ за постигане на целта осмислен живот. Сред начините за постигането ѝ не би трябвало да има нещо, което да е аспект или елемент от консумацията. Така във версията на минимализма *нематериалните измерения на човешкото съществуване* изпълват цялата територия на смислотворчеството.

Минимализмът е идеология (в смисъл на съвкупност от идеи), житейска философия, нагласи на алтернативен избор и други подобни феномени. Той е вид желание и поведение, търсещо житейска трансформация, която започва със задаване на няколко последователни въпроса. Реконструирани, те са част от верига, започваща с питането *какво и колко е необходимо?* Рамката за отговор е предварително начертана от правилото „по-малкото е по-доброто (или повече)“. На второ място е въпросът: *коя е важното?* Тук индивидуалните и груповите разнообразия от предпочитания и критерии за избор нарастват. Следващо е питането *без какво още можем (от какво също да се лишим)?*

За проумяване на минималистичната „верига от въпроси“, е полезно да се вслушаме в резултати от изследвания. В ново проучване (Lloyd, Pennington, 2020: 121–136) се изтъква, че е съществена разликата между *излишно (превишено, прекалено, exceed)* и *липсващо (дефицитно, недостигащо, deficit)*. Тя е от значение при уточняването, че минимализмът се свързва с *качество на битието* и със субективно усещане за благополучие. К. Лойд и У. Пенингтън изследват чрез метода на интервюто лица, деклариращи, че са минималисти в житейската си нагласа и свързващи я със съзнателно намалено потребление и отказ от притежание на вещи. Проучването отделя следните ключови сфери на *значими ценности на минималиста*: автономност (независимост и автентичност), компетентност, духовно пространство, осъзнаване и положителни емоции. В друго изследване се въвежда конструктът „*доброволна простота на живота*“ като ценностен избор, съотносим с удовлетвореност и благополучие (Boujbel, D’Astous, 2012: 487–494). Минимализмът като житейски навик и ежедневие често, но не задължително, се съчетава с проекологично поведение, вегетарианство, духовни

практики, религиозност, антиваксърство, т.е. – с т.нар. алтернативни житейски избори и търсене на бягства от „западното“.

Етика на минимализма е уместен термин, когато става дума за ценностен поведенски избор. Самото словосъчетание има обаче и други смислови употреби – например, чрез него се изтъква, че човек има първични морални задължения към другите, но не и персонален морален дълг към самия себе си. По този път се загърбва моралното отношение към собственото Аз като жив, желаещ и разумен субект на етическа саморефлексия. Така се пренебрегва хилядолетна философска традиция на ролята на саморефлексията в изграждане на добродетели, тръгваща още от Аристотел. Минимализъм също се употребява и в международната бизнес етика като настояване за придържане към малък брой норми и стандарти, които са универсално разпознаваеми за всички участници от разнообразни култури.

Има обаче две морални сентенции, и те - с древни корени, които разкриват консенсусно за всеки днес смисъла на минимализма - „*по-малкото е по-добро*“ и „*всяко излишествo е порок*“. Тези максими на минимализма от времето на стоиците, на Сенека и Марк Аврелий, имат своите адепти в теорията и практиката на дигиталната комуникация.

2. Стратегията дигитален минимализъм срещу аутсорсинга на автономност

И така, минимализъм – максимализъм е понятийната ос, по която се разполагат оценките за ефектите върху човешкото поведение от разпространението на ИКТ. Според К. Нюпорт, авторът на първата книга със заглавие „Дигитален минимализъм“, през последните две десетилетия е господствал *наративът на техно-максимализма* (Newport, 2019: 57). Осигуряването на повече информация, по-голяма свързаност, разнообразието от възможности, предоставяни от платформи и социални медии, са съответствали на идеалите за индивидуална свобода, част от „проекта на либералния хуманизъм“ (пак там). Днес обаче е видима и осъзнавана измамната привлекателност на технологичната свързаност и привидната свободност. Зад нея се развива невидим процес на *аутсорсинг на автономността*, както го назовава К. Нюпорт: ние сме предоставили доброволно независимостта си на икономическия конгломерат от нововъзникващи предприемачи от Силициевата долина. *Липсата на свобода на фона на привидността за нарастването ѝ*

е голямата заплаха за деградация на индивидуалността. Днес пред всеки човек, който е с лице към монитор или дисплей, болезнено-осъзнавано или неосъзнавано, стои въпросът „какво се случва с *ограничаване на личното ми пространство?*“ В каква степен сме готови, можем и следва да се лишим от комуникация и от технологии или да ограничим достъпа си до тях, за да не е напълно видимо и прозрачно собственото ни пространство?

Възможността за противодействие и предпазване е индивидуална – такава е изходната теза на *философията на дигиталния минимализъм*. Тя е философия на здравия разум, модерна илюстрация на житейската мъдрост за спасението на давящия се. К. Нюпорт я дефинира като „...философия на използване на технологиите, при която ние насочваме времето си, запълнено онлайн, върху внимателно подбрани и оптимизирани дейности, които подкрепят силно ценните за нас неща, а след това сме в състояние да ги оставим, заемайки се радостно с нещо друго“ (Newport, 2019: 28).

Дигиталният минимализъм има шансове, когато отминава техно-еуфорията на максимата *повече е по-добре, най-новото е най-доброто*. За интернет потребителите е силно характерно (повече, отколкото за всеки друг потребител) убеждението, че *всяко нововъведение е подобрение* – типична грешка по подразбиране. С времето и опита на боравене с ИКТ тази позитивна нагласа се променя и на индивидуално потребителско ниво.[1] На социално равнище вече не бърза да скачаме в индустрия с пореден номер. На индивидуално ниво започваме да съзнаваме моментите, когато поривът да проверим Facebook се превръща в нервно потрепване, накъсващ времето ни за „жив живот“.

В перспективата на стремглавото развитие на инфосферата дигиталният минимализъм е потребност и *белег на зрялост на информационното общество* или поне на част от неговите потребители-граждани. Терминът зрялост в подобен контекст е въведен от Л. Флориди наскоро, а съдържателната му употреба е все още в зародиш (Floridi, 2016). При евентуално бъдещо разработване на модели за зрялост-незрялост следва да се отчитат резултати от изследвания за организационното научаване и развитие. Черти като степен на разнообразие в реакциите, висок самоконтрол и автономност на поведението са вероятни черти на зряло поведение на потребител на ИКТ.

3. От философия към препоръки и правила

Дигиталният минимализъм е кръг от ценностни проблеми, подходящ да се конкретизира и комуникира публично чрез изпробваната във времето форма на *наръчник* или *ръководство* от поуки. Тя е типична за американската култура, свързана е с философията на прагматизма и е в унисон с позитивната психология, възникнала също там през 90-те г. Имената на М. Селигман, М. Чиксентмихай и др., както и въведени от тях конструктори (психологически капитал, поток, позитивно състояние) са разпространени глобално. Стилистиката на *блогово писане* и *персонално споделяне* в социалните медии вдъхват живот на жанра свитък от поуки, удобен и за дигиталните минималисти. Те тръгват от познатото за философите настояване да започнем със задълбочено вникване в собствените ценности. Доколко технологичните иновации им съответстват? В каква степен трансформацията чрез ИКТ ги развива, така че да бъдем по-удовлетворени и щастливи в ежедневието? Като си задава често подобни въпроси, човек съумява да забележи наглед дребни заплахи пред вътрешните си устои.

Дигитален *минималист* е онзи, който умее да превърне източника на недоволство от принудата на технологичното в инструмент за поддържане на житейското благополучие. Тревогата и страхът („да не успееш, да не изпуснеш нещо, да не изостанеш, да не си информиран...“) са състояния, характерни за максималиста. К. Нюпорт определя идеите си като „упражняване на прагматизъм“ (Newport, 2019: 252). Но критическата рефлексия би открила близост и съответствие между дигиталния минимализъм и *етиката на утилитаризма* с неговите препоръки за оценка на действието според ползата и щастието за всички засегнати и дори - с директното съобразяване с приходно-разходния анализ.

Примерен *обобщаващ наръчник за ефективно дигитално изключване и/или минимизиране* би включвал съвети за следните стъпки, които могат да са разширявани, последователно прилагани или частично следвани:

1. Предприеми 30-дневно изключване – своеобразна *едномесечна дигитална пауза (отпуск)*, ако си позволя това сравнение. След този период е желателно постепенно и избирателно частично включване отново в някои от медиите с приоритет по важност, неизбежност и ценност.
2. Цени високото качество на своето свободно време. (Newport, 2019: 167).

3. Въведи отново работен режим, но използвайки *минималистски екран*, т.е. такъв, който ти задава ограничения кога, как и колко време може да си служиш с него.
4. Предпочитай по-бавните медии.
5. Използвай социалната медия като професионална. Изтрий други социални медии от телефона си. (Newport, 2019: 222-223).
6. Търси дейности – реални и виртуални, които предполагат и изискват повече действителни и добре структурирани взаимодействия между участниците.
7. На работното място поддържай в служебните онлайн разговори стратегията да са предварително планирани и фиксирани като продължителност.
8. Не проверявай електронната си поща по-често от три пъти дневно.
9. Избягвай да натискаш бутон *Like*. Стреми се да не правиш коментари в социалните медии.
10. Определи *свои правила* за използване на ИКТ, в които отделяш необходими и пожелателни (свободно-избираеми) медии за ежедневните ти професионални и личностни отговорности и интереси. Запиши тези правила в два списъка и ги сложи на видно място. В ежедневието си се опитай да се ръководиш от изписаните съвети. Предложеният отворен персонализиран списък е удобна първа крачка за онзи, който е решил да възприеме философията на дигиталния минимализъм.

4. Дигиталният минимализъм като компонент на дигиталните компетентности

Дигиталната компетентност е призната за една от осемте ключови компетентности, съгласно европейски препоръки от 2006г. (European Parliament and the Council, 2006). В широк, но достатъчно точен смисъл тя е *умение за отговорно, критично и творческо използване на ИКТ, така че да се постигат цели в работата, обучението, свободното време и включването в общности*. Какво е особеното на тази нова компетентност, как и поради какви основания тя може да се мисли критически и етически? Има ли в нея място за самоограничаване?

Нека напомня, че под компетентност се разбират съществените индивидуални различия (характеристики), които спомагат или пречат за *ефективното представяне* на

личността. Понятието изтъква успешното (най-доброто) постигане на желани резултати. Терминът навлиза в употреба през 70-те години, макар че има публикации с тази дума още от началото на 60-те г. Вероятно първата е на Р. Уайт (White, 1959: 297–333). Чрез статията на Д. Маклелънд обаче за първи път се популяризират термините за компетенция и компетентности - в единствено или множествено число, но тук няма да се разглеждат аргументите „за“ и „против“ (MacLelland, 1973).

Новият конструкт бързо става полезен в управлението на хора, защото фокусира вниманието върху *развиващи се социално ценни умения*. Дискусиите за компетенциите продължават и днес. Като консенсусно приемани компоненти се открояват следните тези: *първо*, компетентностите са отличителни характеристики на изключителния изпълнител и *второ* - те са вътрешните черти, които позволяват на индивида да се представи по-добре в дадена задача, роля и ситуация. Двете идеи очертават *културни различия, имащи роля на ограничители* - дали представянето или know how са приоритет, за да е оценяван някой като компетентен в дадена култура? Тук специфичните особености са забележими: във Франция се изтъква know how-то като същност на компетенцията; тя е на първо място когнитивен феномен. Знанията, които притежаваш, както и университетът, в който са придобити, имат ключово значение в кариерното развитие в тази държава. За разлика от Франция, в англосаксонския свят се изтъква приоритетно реалното представяне в ситуацията. Тези културни ограничители започват да се изследват след 90-те години. Според Дж. Боак '*competency*' (компетентност) на "американски английски" означава похвала и комплимент – нещо различно в сравнение с британски английски, където '*competence*' (превеждано по-скоро като *компетенции* на български) се използва като стандарт за длъжности и трудови позиции (Spenser & S. M. Spenser, 1993).

Дигиталната компетентност често *се разбира стеснено* - с акцент върху експертно-техническа подготвеност. Това „дефиниране“ не оставя място за осмисляне от позициите на лични, социално-значими и културно-специфични ценности. Какво е мястото на дигиталната компетентност като умение и *способност за самоусъвършенстване* – това е формулировката на важен, но пренебрегван въпрос. В административни документи след 2016 г. вече е отделена обща *комуникативна компетентност*, чийто елемент е дигиталната. Тя става в по-голяма степен *обект на*

самоконтролиране и на лична отговорност. Подразбира се, че зрелият индивид я притежава, насочва и развива.

Философията и правилата на дигиталния минимализъм е наложително да бъдат вплетени в моделите за дигитална компетентност и тяхното тиражиране в образователната практика и домашното възпитание. Показателно е че новопоявяващи се конструкти, които описват процеси на глобалното и уязвимо „човешко условие“, присъства идеята за минималистично дигитално потребление. Например *културна интелигентност* е подобно ново понятие за чертите на желано поведение. Друг отскорошен конструкт е *сръчност* (англ. - *dexterity*). (Molinsky, 2013). Чрез такива модели се търси баланс на глобално, дигитално и крос-културно, като се изтъкне способността за самоограничаване на субекта – индивид или общност.

Интеркултурната и междуетертната динамичност са необходими и неизбежни за младите попълнения работна сила - онези, които често наричаме *таланти*. Гъвкавото адаптиране е важно умение, а *то изисква пауза*, степени на независимост от ИКТ, открито съзнание и свободно време за саморазвитие. *Дигиталният минимализъм се оказва аспект от културно-интелигентното поведение.* Той също задава „мяра“ за отговорно прилагане на „арсенала“ от комуникативни средства, което да не нарушава човешкото благополучие и автономност.

Заклучение

Дигиталната свързаност е предизвикателство за нашето поведение и ценностни приоритети. *Подобряване и увеличаване* не винаги са безпогрешни стъпки в този нов свят. Губейки умения да общуваме в реалния живот, ние ще осъзнаваме нуждата от подходящ етически инструментариум за ограничение и самоограничаване. „Дозираният“ дигитален минимализъм е подобна философия и поведенска стратегии, ако искаме да опазим интимното и лично преживяното в новата публичност.

БЕЛЕЖКИ

[1] Ето актуален пример от опита ми на потребител на Facebook (ФБ): стотици потребители споделят, че не харесват промененото форматиране, а една част твърдят, че ще се откажат от тази медия. Няма данни колко са го направили. На фона на това несъобразяване с мнението на потребителите си струва същите потребители

информирано да (се) питат за ролята на посещенията в социалната мрежа, които формират дела на приходите от мобилна реклама на Facebook – 98, 3% от посещенията във ФБ са от мобилни устройства по данни за октомври 2020г. Нашата комуникация ги осигурява или „*твое то време = на техните пари*“ (Hollier and Tang Manifesto. The Light Phone. www.medium.com/the-light-phone/). Дори само за да намалим своя безсилен негативизъм, е добре да се вслушаме в съвета на дигиталните минималисти: *влизай във Facebook или в друга аналогична масова социална мрежа веднъж седмично.*

ЛИТЕРАТУРА

- Boujbel, L., A. D’Astous** (2012). Voluntary simplicity and life satisfaction: Exploring the mediating role of consumption desires. *Journal of Consumer Behaviour*, 11, pages 487–494. <https://doi.org/10.1002/cb.1399>.
- European Parliament and the Council** (2006). Recommendation of the European Parliament and of the Council of 18 December 2006 on key competences for lifelong learning. *Official Journal of the European Union*, L394/310.
- Floridi, L.** (2016). Mature information societies - a matter of expectations. *Philosophy & Technology*, 29(1), pages 1–14.
- Lloyd, K., W. Pennington** (2020). Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing. *International Journal of Applied Positive Psychology*. Volume 5, pages 121–136.
- Macclelland, D.** (1973). Testing for competency rather than “intelligence”. *American Psychologist*, 28, pages.1 – 14.
- Molinsky, A.** (2013) *Global Dexterity: How to Adapt Your Behavior Across Cultures without Losing Yourself in the Process*. Cambridge, HBR Press.
- Newport, C.** (2019). *Digital Minimalism: Choosing a focused life in a noisy world*. Penguin Random House LLC.
- Reyes, Cr.** (2019) What is Digital Experience? In: <https://www.liferay.com/resources/l/digital-experience>. Retrieved 21 October 2020.
- Spenser, L., S. M. Spencer** (1993). *Competence at Work: Models for Superior Performance*. John Wiley & Sons Publishing House.
- Wilde, O.** (2001). Oscar Wilde. *Literary Encyclopedia*. Litencyc.com. Retrieved 3 October 2020.
- White, R.** (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*. 66(5), 297–333.