

# Месяц без мобильного и Интернета

Немецкий журналист поставил над собой эксперимент: 4 недели прожил без Интернета и мобильного телефона. Своими впечатлениями Кристоф Кох поделился в книге «Ухожу в офлайн».

Всегда онлайн, всегда на связи — еще недавно мобильный телефон и доступ в Интернет (по возможности — тоже мобильный) считали неотъемлемым атрибутом современного человека. Похоже, эти времена проходят. В Германии уставшие от «благ цивилизации» граждане начинают сознательно уходить в офлайн. Правда, пока только временно, в качестве эксперимента. Такой опыт решил поставить на себе и немецкий журналист Кристоф Кох (Christoph Koch).

Как сообщает Deutsche Welle, идея пойти на добровольное «интернет-воздержание» возникла, когда дома у журналиста сломался роутер. Довольно скоро Кох почувствовал признаки «ломки». «Первые два дня я страдал от головной боли и приступов паники, — вспоминает 36-летний Кох. — А еще мне было скучно. Лишившись поисковиков, электронной почты и онлайн-чатов, я абсолютно не знал, чем себя занять».

Более половины немцев регулярно проверяют рабочую почту, даже находясь в отпуске. Многие заглядывают в электронный почтовый ящик из дома, нередко — по нескольку раз в день. Кристоф Кох решил доказать, что можно жить и работать, не имея доступа к Интернету, по крайней мере, некоторое время. Правда, перед тем как уйти на месяц в офлайн и отключить мобильный телефон, он предупредил об этом своего работодателя.

## Покой и концентрация

Поначалу Кох чувствовал себя отрезанным от внешнего мира. Однако вскоре он вновь открыл для себя старые добрые способы общения: стационарный телефон и встречи в офлайне. А еще журналист узнал, что такое покой и концентрация. «Не быть постоянно на связи — значит не позволять постоянно отвлекать себя, — говорит собеседник Deutsche Welle. — Когда вы лишены возможности общаться по нескольким каналам одновременно, вы не расплываетесь, а концентрируетесь на том, что в данный момент делаете».

## Офлайн пользуется спросом

Своим опытом журналист поделился в книге «Ухожу в офлайн». Надо сказать, что затея Коха вызвала не только восторженные отклики. «Никакой тенденции к уходу в офлайн в немецком обществе нет — просто эта тема хорошо продается», — убежден заядлый онлайнщик Штефан Мор (Stefan Mohr), который возглавляет подразделение цифровой рекламы известного рекламного агентства Jung von Matt.

Действительно, Кох оказался далеко не единственным: почти одновременно подобные эксперименты провели редакции журналов Spiegel и Wirtschaftswoche. А обозреватель газеты Süddeutsche Zeitung Аксель Рюле (Axel Ru'hle) пошел дальше и отключил мобильный телефон и Интернет на полгода. Дневник Рюле под названием «Без сети» также вышел в продажу осенью.

## Найти золотую середину

По истечении четырехнедельного эксперимента Кристоф Кох решил «поститься» регулярно. Теперь журналист отключает компьютер и мобильный телефон раз в неделю — по субботам. По его признанию, «потреблять меньше» оказалось сложнее, чем «бросить совсем», но Кох надеется, что «офлайновые субботы» станут для него доброй традицией.

Штефан Мор убежден: необходимости в подобных ритуалах нет. Общество находится на этапе накопления опыта общения с цифровыми технологиями, за которым следует этап переосмысления. «Думаю, нам предстоит процесс эволюции, — говорит онлайн-эксперт. — Чем больше мы будем использовать цифровые технологии, тем легче нам будет сделать выводы, что для нас хорошо, а что — плохо».

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

*Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:*

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

*Связаться с редакцией Бабра:*

[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### **НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:**

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)

Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### **ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:**

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### **КОНТАКТЫ**

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

#### **ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:**

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot\\_bot](#)

эл.почта: [equatoria@gmail.com](mailto:equatoria@gmail.com)

#### **СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:**

эл.почта: [babrmarket@gmail.com](mailto:babrmarket@gmail.com)

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)