

Научная статья

УДК 7.012

doi: 10.17223/1998863X/86/6

СТИЛЬ МИНИМАЛИЗМА КАК МЕХАНИЗМ ПРЕОДОЛЕНИЯ ТРЕВОГИ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА

Антонина Николаевна Чечихина

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
Томск, Российская Федерация,*

Antonina_che_4@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0005-6414-6054>

Аннотация. Исследуется минимализм как инструмент борьбы с тревогой в условиях информационной перегрузки и постмодерна (Ж. Бодрийяр, Ж. Лиотар). Критикуя избыточность знаков, иллюзорность симулякров, минимализм предлагает упрощение восприятия, универсальные интерфейсы и синтез формы с содержанием, снижая тревогу через экономию, простоту и ясность в цифровом обществе.

Ключевые слова: тревога, постмодерн, информационное общество, дизайн, минимализм, функционализм

Для цитирования: Чечихина А.Н. Стиль минимализма как механизм преодоления тревоги современного человека // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2025. № 86. С. 67–74. doi: 10.17223/1998863X/86/6

Original article

MINIMALISM AS A MECHANISM FOR OVERCOMING ANXIETY IN A MODERN PERSON

Antonina N.Chechikhina

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russian Federation,

Antonina_che_4@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0005-6414-6054>

Abstract. This article analyzes minimalism as a mechanism for overcoming anxiety experienced by modern people, stemming from conditions of information overload and the specificities of postmodern society. The relevance of the study is grounded in the pervasive influence of design, the processes of digitalization and computerization leading to information supersaturation, as well as the universal nature of anxiety as a fundamental experience of human freedom. The aim of the article is to substantiate the hypothesis that minimalism emerges as a style deliberately designed to reduce anxiety caused by the excess of signs and information, and the limitation of communicative possibilities in the contemporary world. The methodological foundation is a philosophical analysis of the key characteristics of postmodernity and the information society. Postmodernity is characterized by the constant recourse to the past, the hyperproduction of signs, the dominance of illusory simulacra, the erasure of boundaries between high and low art, and the assertion of interpretative plurality. Collectively, these factors create communicative crises and intensify existential anxiety. The information society, based on network structures and global data exchange, faces contradictions between globalization and identity, manipulative practices, a crisis of trust in information, diminished information security, and critical levels of information overload that hinder data perception and processing. Within this article, minimalism is examined as a response to the challenges of the modern world. In the postmodern context, it acts as a critic of the excess of forms, signs, and objects, of

respectability and kitsch. Minimalism rejects the deconstruction and eclectic mixing of ideas characteristic of postmodernity, proposing instead the creation of simple, “elementary” objects and structures devoid of excessive emotionality. Being tautological, these objects rupture the symbolic space of simulacra, exposing their illusory nature and the absurdity of the consumer race. Minimalism focuses on unique concepts that satisfy the individual’s need for authentic communication, spiritual development, and cultural identity, while limiting interpretative freedom to achieve clarity. Within the context of the information society, minimalist design performs crucial anxiety-reducing functions. It provides rapid and straightforward access to key information by eliminating superfluous details and concentrating on the essence, addressing users’ need for simplicity and perceptual efficiency amidst information flow. The universality and adaptability of minimalist interfaces align with the demands of diverse user needs and the effective use of mobile and digital technologies. Minimalism fosters reflexivity, aiding in information organization and focus on the significant, thereby reducing cognitive load. Thus, the philosophical foundations of minimalism as an anxiety-overcoming mechanism are: response to sign excess through universality and limitation of interpretations; exposure of the illusory nature of simulacra via formal simplicity; proposal of unique concepts instead of mixing ideas; concentration on the essence of information; simplicity of presentation; functionality and adaptability. It is demonstrated that minimalism serves as an effective tool for overcoming anxiety generated by the semiotic excess of postmodernity and the informational supersaturation of digital society. Its principles – simplicity, economy, synthesis of form and content – create refuge, offering calming clarity and focus. This has practical significance for optimizing user interface design and communication in the contemporary world.

Keywords: anxiety, postmodern, information society, design, minimalism, functionalism

For citation: Chechikhina, A.N. (2025) Minimalism as a mechanism for overcoming anxiety in a modern person. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. Filosofiya. Sotsiologiya. Politologiya – Tomsk State University Journal of Philosophy, Sociology and Political Science*. 86. pp. 67–74. (In Russian). doi: 10.17223/1998863X/86/6

Введение

Актуальность данного исследования объясняется несколькими факторами. Во-первых, сам интерес к дизайну как объекту научного исследования связан с тем, что зачастую субъект обращает своё внимание именно на визуализацию, таким образом, с самого начала попадает в определенную культурную среду и окружен продуктами дизайна, в котором преобладают знаковые системы как средства коммуникации. Во-вторых, актуальность тесно связана с быстро меняющимся миром и его феноменами, с цифровизацией и компьютеризацией, так как именно в контексте информационного общества дизайн приобретает новые смыслы. И, в-третьих, дизайн как феномен проникает во все сферы человеческой жизни и является междисциплинарным феноменом, который приобретает универсальный мировоззренческий характер, что, в свою очередь, делает его одним из значимых свидетельств истории развития духа человечества. Также актуальность исследования связана тем, что вышеупомянутые факторы приводят к информационной перегрузке, и это становится одной из причин тревоги человека в современном мире. Говоря о тревоге, можно предположить, что она является не просто чувством некоторого беспокойства, а фундаментальным переживанием, которое связано с человеческой свободой [1]. Наше предположение состоит в том, что минимализм способен стать механизмом преодоления этого негативного влияния переизбытка информации на современного человека.

Термин «минимализм» имеет богатую историю. Музыкант Стив Райх приписал критику Майклу Найману изобретение этого термина и его приме-

нение в музыке в 1970-х гг.; его коллега Филип Гласс принял Тома Джонсона за создателя этого термина. Однако искусствовед Барбара Роуз уже применила термин «минимализм» (вместе с собственной концепцией «ABC-art») к музыке Янга и хореографии Театра танца Джадсона осенью 1965 г. Единственное, что мы можем утверждать в данном случае, что термин «минимализм» привлек внимание общественности в 1960-е гг. и постепенно вытеснил другие конкурирующие ярлыки [2].

Цель данной статьи заключается в проверке гипотезы о том, что минимализм является стилем, возникающим как механизм преодоления тревоги, связанной с тем, что современный человек перегружен информацией, но она же выступает наивысшей ценностью для него

Для того чтобы продемонстрировать связь между тревогой современного человека и минимализмом, мы рассмотрим постмодерн и информационное общество, так как в рамках данных концепций возможно определить, чем является минимализм. Для начала рассмотрим постмодерн более детально, ограничив использование данного понятия до рамок философии. В данной работе, с опорой на идеи Ж. Бодрийера и Ж. Лиотара, мы постараемся реконструировать это понятие, чтобы проанализировать роль минимализма в постмодерне.

Первой характеристикой, которая упоминается и в работах Ж. Бодрийера, и Ж. Лиотара, является постоянное обращение к прошлому. Свою работу Ж. Бодрийер начинает с анализа искусства, которое, по его мнению, постепенно избавляется от самого себя [3]. Подобную характеристику постмодерна можно встретить и в работе Ж. Лиотара, однако под обращением к прошлому он уже понимает не только меланхолию, но и создание нового как совокупности различных частей [4]. Следующей чертой постмодерна можно назвать иллюзорность, которая выражается в виртуальности, т.е. смысл как таковой, как и истина, теряется в мире симулякров [3]; также иллюзия может быть соединена с террором, так как в постмодерне происходит не просто обращение к реальности, но создаются аллюзии на то, что выходит за рамки реальности [4]. Значимой чертой постмодерна выступает стирание границ между эстетическими оппозициями, больше не существует высокого или низкого искусства. Философ пишет: «Это буквально образы, которые не оставляют следов. Они, собственно говоря, не имеют эстетических последствий» [3]. Можно сказать, что образы, которые по большей части иллюзорны, могут быть наполнены сложным содержанием, а могут и не быть наполнены вообще. При создании своего произведения художник не ограничивается четкими и обязательными правилами, что, в свою очередь, приводит к тому, что произведение становится событием [4]. То есть проявляется такая черта постмодерна, как утверждение многообразия интерпретаций и перспектив.

Таким образом, особенности постмодерна, представленные в работах Ж. Лиотара и Ж. Бодрийера, включают в себя постоянное возвращение, сомнение в универсальных истинах и ценностях, многообразие интерпретаций. Работы философов также обращают внимание на мощное влияние масс-медиа и технологий на современное общество, создавая новые формы коммуникации и взаимодействия. Таким образом, если взглянуть на основные принципы и следствия классической европейской метафизики, то можно предположить, что постмодерн является единственно возможным условием продуктивной философской работы в современном обществе [5].

В постмодернистском обществе, где ценности и стандарты подвергаются сомнению, минималистский дизайн предлагает альтернативное видение. Минимализм как направление в философии и искусстве выступает в качестве реакции на «изобилие форм, знаков и вещей, на буржуазную респектабельность, китч и перенасыщенность жизненного пространства» [6]. То есть минимализм в данном контексте является реакцией на перенасыщенность и перегруженность современного общества формами, знаками и предметами, навязываемыми в пространстве нашей жизни.

Минимализм поднимает вопрос о негативных последствиях массового производства товаров, однообразной городской среды и повседневной рутины, которая вызывает у людей чувство скуки и пустоты в жизни ради мелких удовольствий и потребительских благ [6]. Простые, тавтологичные объекты минимализма, являясь прорывом символического пространства, дают понимание иллюзорности погони человека за своего рода симулякрами.

Минималисты критикуют постмодерн, который создает коммуникативный кризис, так как представляет картину мира субъективной. Постмодерн ограничивается только смешением уже существующих идей для восстановления целостной картины мира, он ограничивает возможности коммуникации и удовлетворения потребностей личности, и поэтому предлагает новые подходы и идеи для общения и самовыражения. В свою очередь, минимализм предлагает собственные идеи, которые касаются коммуникативных возможностей личности в условиях массового общения, удовлетворения духовных запросов и культурных потребностей [7]. Минимализм делает акцент на элементарности такого искусства, которую можно одновременно понимать как конструктивность, как простоту, как принципиальную изначальность [8].

Также перед минималистами не стоит цель быть творцами, вдохновленными идеями деконструкции постмодерна или переосмыслить достижения европейского авангарда, так как их интерес сконцентрирован на формировании таких произведений, которые воздействовали бы как на неподготовленного слушателя, так и на профессионала [7]. Например, минималисты выражали идею нового произведения как «особенный объект», под которым представлялась конструкция с отсутствием эмоционального выражения и свободой от изжившей себя европейской культуры. Это позволяет им создавать произведения, которые ощущаются как подлинные исходные источники, а не интерпретируемые.

В минимализме отсутствуют строгие ограничения по структуре или количеству выбираемых для синтеза компонентов, и их сочетание является гибким, однако, несмотря на это, минимализм не допускает случайного соединения значения со структурой [7].

Таким образом, минимализм критикует постмодерн за избыточное количество знаков, иллюзорность симулякров, ограничение коммуникации. Данные характеристики постмодерна можно обозначить и как факторы, вызывающие тревогу у человека, так как тревога является не просто индивидуальной проблемой, а охватывает всё общество [1].

Далее перейдем к подробному рассмотрению информационного общества. Понятие информационного общества тесно связано с процессом глобализации, результатом которой является обмен информацией со всем миром. Основным противоречием формирующегося информационного общества яв-

ляется противоречие между глобализацией мира и идентичностью конкретного сообщества [9].

Одним из первых исследователей информационного общества выступал Э. Тоффлер. Исследователь подчеркивает переход от экономики, основанной на производстве материальных товаров, к экономике, где ключевым ресурсом выступает информация [10]. Это включает развитие информационных технологий, цифровых процессов и услуг, а также переориентацию экономики на знания и информацию.

Именно в информационном обществе происходит массовое распространение и знаний, и информации, что в свою очередь влияет на структуру и культуру общества. Можно предположить, что сетевые структуры являются одновременно и средством, и результатом глобализации общества. В связи с возросшей сетевой связанностью и количеством информации пользователи могут ценить простоту и эффективность восприятия информации [11]. Также особое место в информационном обществе уделяется языку. Можно сказать, что произошли изменения в технологической способности человека обрабатывать и понимать символы. Постепенно происходит трансформация знаковых единиц в абстракцию визуального выражения. В информационном обществе люди имеют доступ к обилию информации и разнообразному контенту. А. Гидденс отмечает важность рефлексивности в рамках информационного общества: «Ибо рефлексивное саморегулирование – как отличительная черта коллективов – зависит от упорядочения информации, управляемой таким образом, чтобы воздействовать на условия социального воспроизводства» [12]. Можно предположить, что в данном контексте автор под рефлексивностью понимает постоянный пересмотр социальной реальности в свете новой информации или знания.

Однако в наши дни происходит пересмотр указанных выше характеристик информационного общества. Развитие информационных технологий привело к «манипулятивным практикам» [13], которые развиваются в современном мире быстрее, чем практики критического осмысления получаемой информации. В последние несколько лет происходит снижения «уровня персональной информационной защищенности при включении в систему цифровизированного информационного общества» [14]. Человек сегодня находится в состоянии перенасыщения информацией, которую он не только не в состоянии переработать, но и не в состоянии грамотно воспринимать, в современности остро встает вопрос об информационной грамотности. Помимо упрощения происходит «острейший кризис доверия к информации» [14], т.е. люди теряют веру в достоверность и объективность передаваемой информации, что является серьезной проблемой для современного общества, так как на доверии к информации строятся принятия решений как в личной, так и в общественной жизни.

Для информационного общества, как было сказано ранее, характерна повсеместная доступность информации, в данном случае минималистичный дизайн может помочь обеспечить быстрый и простой доступ к ключевым сведениям, уменьшая необходимость в излишних деталях и сконцентрировавшись на сути. Также в связи с развитием сетевой связанности и количеством информации пользователи могут ценить простоту и эффективность восприятия информации. Минималистичный дизайн помогает сделать ин-

формацию более доступной и легкой для понимания в условиях быстрой связанности. В информационном обществе требуется адаптивный и функциональный дизайн, который соответствует разнообразным потребностям пользователей и позволяет эффективно использовать мобильные устройства и цифровые технологии.

Таким образом, можно выделить следующие философские основания минимализма, рассматривая его как реакцию на тревогу современного человека: минимализм как ответ на избыточное количество знаков посредством конструирования универсальных произведений, ограничения свободы интерпретаций; простые предметы минимализма вскрывают иллюзорность симулякров; не смешивает идеи, а предлагает уникальные концепции для удовлетворения потребности личности; позволяет концентрироваться на сути в потоке информации; простота подачи информации; функциональность и адаптивность. Можно сказать, что минимализм в искусстве и дизайне основывается на стремлении к упрощению, устранению излишества как способу справиться с тревогой и передаче глубокого смысла через минимум выражения, предлагая успокаивающую ясность и фокусироваться на мире, полном тревог и отвлекающих факторов.

Минимализм в дизайне способствует созданию универсального и адаптивного пользовательского интерфейса. Таким образом, минимализм в дизайне способствует улучшению пользовательского опыта в информационном обществе, облегчая ориентацию в обилии информации и повышая эффективность восприятия и использования цифровых ресурсов. В современном мире, когда информационный поток становится все более быстрым и объемным, минимализм в дизайне помогает людям сосредоточиться на самой важной информации, не отвлекаясь на лишние детали.

Минимализм важен для человека в сложившемся контексте информационного общества и постмодерна, поскольку он призывает к простоте, экономии и объединению формы и содержания, критикуя избыточность и излишество.

Заключение

Критика постмодерна со стороны минимализма представляется следующим образом. Минимализм возникает в ответ на перенасыщенность формами, знаками и предметами, которая характерна для современного общества. Минималисты стремятся создавать произведения, не вдохновленные идеями деконструкции постмодерна, а ориентированные на воздействие на аудиторию независимо от ее опыта, сосредоточенные на конструкции и лишенные эмоций, что помогает освободиться от иллюзорного пространства. Простые объекты минимализма проникают сквозь символическое пространство, указывая на иллюзорность стремления к симулякрам. Постмодернизм ограничивает коммуникацию и самовыражение за счет смешения существующих идей для восстановления целостности, в то время как минимализм предлагает уникальные концепции, удовлетворяющие потребности личности в коммуникации, духовном развитии и культурных аспектах. На основании этого сделан вывод, что минимализм выступает в качестве убежища для современного человека.

В контексте информационного общества минимализм обеспечивает быстрый и простой доступ к ключевым сведениям, уменьшая необходимость

в излишних деталях и сконцентрировавшись на сути. Также в связи с развитием сетевой связанности и количеством информации пользователи могут ценить простоту и эффективность восприятия информации. Минималистичный дизайн помогает сделать информацию более доступной и легкой для понимания в условиях быстротечной связанности. В информационном обществе требуется адаптивный и функциональный дизайн, который соответствует разнообразным потребностям пользователей и позволяет эффективно использовать мобильные устройства и цифровые технологии. Минимализм в дизайне способствует созданию универсального и адаптивного пользовательского интерфейса.

Можно выделить следующие философские основания минимализма: минимализм как ответ на избыточное количество знаков посредством конструирования универсальных произведений, ограничения свободы интерпретаций; простые предметы минимализма вскрывают иллюзорность симулякров; не смешивает идеи, а предлагает уникальные концепции для удовлетворения потребности личности; позволяет концентрироваться на сути в потоке информации; простота подачи информации; функциональность и адаптивность

Таким образом, можно сделать вывод о том, что минимализм – это механизм преодоления тревоги, вызванной избыточностью и излишеством знаков, информации, ограничением свободы интерпретаций, иллюзорностью симулякров. Минимализм важен для современного человека в сложившемся контексте информационного общества и постмодерна, поскольку призывает к простоте, экономии и объединению формы и содержания, что помогает человеку справиться с тревогой.

Список источников

1. Фромм Э. Бегство от свободы. Человек для себя. М. : АСТ, 2006. 571 с.
2. Obendorf H. Minimalism: Designing Simplicity. Dordrecht: Springer, 2009. 352 p. doi: 10.1007/978-1-84882-371-6
3. Бодрийяр Ж. Эстетика иллюзий и эстетика утраты иллюзий // Gtmarket : [сайт]. URL: <https://gtmarket.ru/library/articles/3090> (дата обращения: 12.11.2023).
4. Лиотар Ж. Постмодерн в изложении для детей. М. : РГГУ, 2008. 106 с.
5. Сыров В.Н. Философия эпохи постмодерна: всерьёз и надолго? // Философская и правовая мысль. 2001. № 2. С. 188–203.
6. Пигулевский О.В. Функционализм и минимализм в современной культуре : автореф. дис. ... канд. филос. наук. Ростов н/Д, 2008. 23 с.
7. Бакуменко М.Н. Документальный видеомузыкальный театр Стива Райха в контексте коммуникативных поисков минимализма : автореф. дис. ... канд. ист. наук. Новосибирск, 2012. 24 с.
8. Андреева Е.Ю. Постмодернизм: искусство второй половины XX - начала XXI века. СПб. : Азбука-классика, 2007. 488с.
9. Лукина Н.П. Информационное общество: состояние и перспективы социально-философского исследования // Открытое и дистанционное образование. 2003. № 1. С. 2–12.
10. Тоффлер Э. Третья волна. М. : АСТ, 1999. 784 с.
11. Кастельс М. Информационная эпоха: экономика, общество и культура. М. : ГУ ВШЭ, 2000. 608 с.
12. Гидденс Э. Устроение общества: Очерк теории структуризации. М. : Академический Проект, 2005. 528 с.
13. Тузовский И.Д. Утопия XXI: глобальный проект «информационное общество». Челябинск : ЧГИК, 2021. 426 с.
14. Евстафьев Д.Г. Кризис современного информационного общества как отражение кризиса глобального мира // Свободная мысль. 2021. № 1 (1685). С. 163–176.

References

1. Fromm, E. (2006) *Begstvo ot svobody. Chelovek dlya sebya* [Escape from Freedom. A Man for Himself]. Moscow: AST.
2. Obendorf, H. (2009) *Minimalism: Designing Simplicity*. Dordrecht: Springer. DOI: 10.1007/978-1-84882-371-6
3. Baudrillard, J. (2005) *Estetika illyuziy i estetika utraty illyuziy* [Aesthetics of Illusions and Aesthetics of Lost Illusions]. [Online] Available from: <https://gtmarket.ru/library/articles/3090> (Accessed: 12th November 2023).
4. Lyotard, J. (2008) *Postmodern v izlozhenii dlya detey* [The Postmodern Explained to Children]. Translated from French. Moscow: RSUH.
5. Syrov, V.N. (2001) *Filosofiya epokhi postmoderna: vser'ez i nadolgo?* [The philosophy of the postmodern era: seriously and for a long time?]. *Filosofskaya i pravovaya mysl'*. 2. pp. 188–203.
6. Pigulevsky, O.V. (2008) *Funktsionalizm i minimalizm v sovremennoy kul'ture* [Functionalism and minimalism in contemporary culture]. Abstract of Philosophy Cand. Diss. Rostov on Don.
7. Bakumenko, M.N. (2012) *Dokumental'nyy videomuzikal'nyy teatr Stiva Raykha v kontekste kommunikativnykh poiskov minimalizma* [Steve Reich's documentary video musical theater in the context of the communicative search for minimalism]. Abstract of Art History Cand. Diss. Novosibirsk.
8. Andreeva, E.Yu. (2007) *Postmodernizm: Iskusstvo vtoroy poloviny XX – nachala XIX veka* [Postmodernism: The Art of the Second Half of the 20th – Early 21st Century]. St. Petersburg. Azbuka-klassika.
9. Lukina, N.P. (2003) *Informatsionnoe obshchestvo: sostoyanie i perspektivy sotsial'no-filosofskogo issledovaniya* [Information Society: The state and prospects of socio-philosophical research]. *Otkrytoe i distantsionnoe obrazovanie*. 1. pp. 2–12.
10. Toffler, A. (1999) *Tret'ya volna* [The Third Wave]. Translated from English. Moscow: AST.
11. Castels M. (2000) *Informatsionnaya epokha: ekonomika, obshchestvo i kul'tura* [The Information Age: Economics, Society and Culture]. Translated from Spanish. Moscow: HSE.
12. Giddens, A. (2005) *Ustroenie obshchestva: Ocherk teorii strukturatsii* [The Organization of Society: An Essay on the Theory of Structuration]. Translated from English. Moscow: Akademicheskii Proekt.
13. Tuzovsky, I.D. (2021) *Utopiya XXI: global'nyy proekt "informatsionnoe obshchestvo"* [Utopia XXI: The Global Project "Information Society"]. Chelyabinsk: ChGIK.
14. Evstafiev, D.G. (2021) *Krizis sovremennogo informatsionnogo obshchestva kak otrazhenie krizisa global'nogo mira* [The crisis of the contemporary information society as a reflection of the global crisis]. *Svobodnaya mysl'*. 1(1685). pp. 163–176.

Сведения об авторе:

Чечихина А.Н. – специалист учебно-научной лаборатории непрерывного образования ЦТЭС, ассистент кафедры истории философии и логики Национального исследовательского Томского государственного университета (Томск, Россия). E-mail: Antonina_che_4@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0005-6414-6054>

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Information about the author:

Cechikhina A.N. – specialist of the Educational and Scientific Laboratory of Continuous Education of the Center for Theoretical and Applied Sciences, teaching assistant at the Department of History of Philosophy and Logic, National Research Tomsk State University (Tomsk, Russian Federation). E-mail: Antonina_che_4@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0005-6414-6054>

The author declares no conflicts of interests.

Статья поступила в редакцию 01.06.2025;
одобрена после рецензирования 15.07.2025; принята к публикации 07.08.2025
The article was submitted 01.06.2025;
approved after reviewing 15.07.2025; accepted for publication 07.08.2025