

Кому: Министерству спорта и туризма
ФИО и должность автора: Алдаберген Д.Е, главный специалист
отдела по работе с задолженностью Управления государственных
доходов по району Байконур
Дата: 11.03.2025 г.

АНАЛИТИЧЕСКАЯ ЗАПИСКА

Тема: Влияние игровых зависимостей на киберспортсменов
Ключевые слова: Киберспорт видеоигры, молодежная культура,
медиа и коммуникации, индустрия развлечений

Введение

Киберспорт – это современная форма соревнования, в которой профессиональные игроки проявляют свои навыки в видеоиграх на высоком уровне. Как и в традиционных видах спорта, киберспортсмены тренируются, разрабатывают стратегии и участвуют в турнирах с высокими ставками.

Киберспорт стал неотъемлемой частью современной цифровой культуры, привлекая тысячи профессиональных игроков и зрителей по всему миру. С увеличением популярности киберспорта возникает проблема, связанная с игровыми зависимостями среди киберспортсменов. Профессиональные игроки, стремящиеся достигнуть высокого уровня мастерства, часто сталкиваются с чрезмерной нагрузкой и длительным временем, проведенным за игровыми сессиями, что может привести к развитию зависимостей. Игровая зависимость негативно влияет как на профессиональную деятельность, так и на психоэмоциональное состояние киберспортсменов. В этой аналитической записке рассматриваются основные аспекты влияния игровых зависимостей на киберспортсменов, а также возможные меры профилактики и коррекции.

Основная часть

Киберспорт — это быстро развивающаяся сфера, которая привлекает внимание миллионов людей по всему миру. Тем не менее, как и в любом другом виде спорта, киберспортсмены сталкиваются с различными проблемами и вызовами.

Киберспорт оказывает значительное влияние на несколько смежных отраслей:

1. Игровая индустрия. Видеоигры, используемые для киберспортивных дисциплин, становятся не только объектами развлечений, но и основными компонентами глобального рынка.

Выросший интерес к киберспорту привел к созданию новых рабочих мест в таких областях, как управление командами, создание игр, трансляция турниров, создание контента, маркетинг и продажа товаров и услуг. Киберспорт стал важной частью рынка цифровых развлечений и

глобальной экономики. Разработчики игр (например, Blizzard, Riot Games, Valve) активно развивают свои проекты с учетом профессиональных турниров и игроков.

Многие компании, как крупные, так и мелкие, активно инвестируют в киберспорт, чтобы продвигать свои бренды и продукты.

Это поддерживает рост рынка, способствует развитию инфраструктуры и привлекает новые денежные потоки.



Рис.1. Третий турнир The International

2. Медиа и стриминг. Киберспорт является драйвером роста для платформ стриминга, таких как Twitch и YouTube. Более того, эти платформы привлекают внимание крупных медиакомпаний, расширяя охват аудитории и возможности для монетизации.

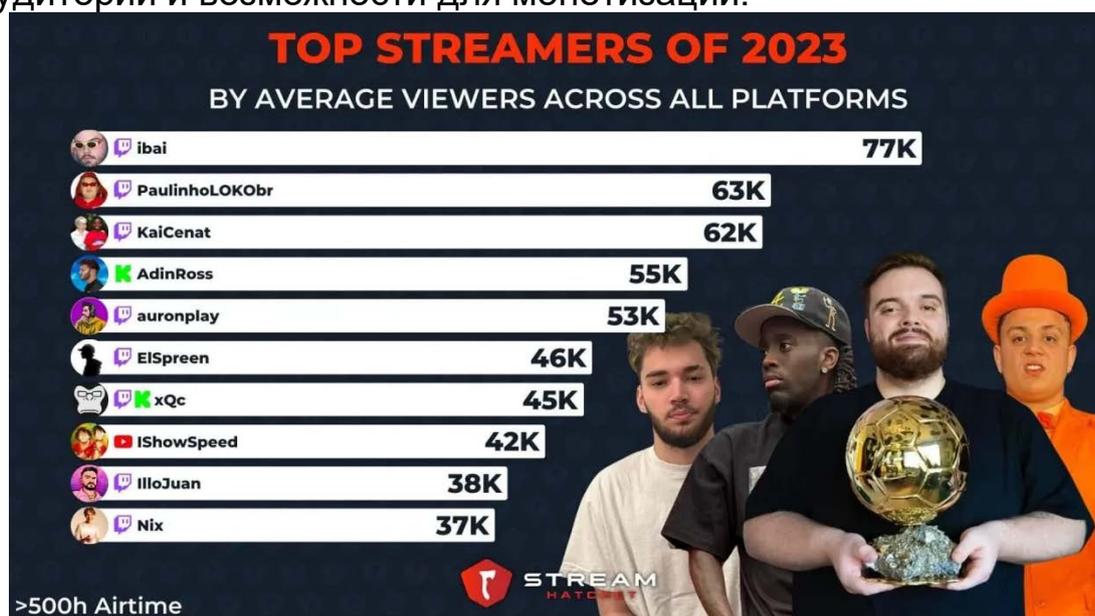


Рис.2.Топ-10 самых популярных стримеров 2023 года

3. Технологическая индустрия. С развитием киберспорта значительно возрастает спрос на высокотехнологичное оборудование: игровые компьютеры, консоли, гаджеты, а также технологии для улучшения качества трансляций и зрелищности.

4. Образование и тренировки. В последние годы появилось много образовательных учреждений, предлагающих программы, связанные с киберспортом, а также тренерские и аналитические курсы, что способствует росту профессионалов в данной области.

Несмотря на стремительный рост, индустрия сталкивается с рядом проблем:

1. Этические и правовые вопросы. Проблемы с нечестной игрой, читерством, токсичностью в сообществе и манипуляциями с результатами остаются актуальными.

2. Усталость и здоровье игроков. Профессиональные игроки часто сталкиваются с физическими и психологическими проблемами из-за долгих тренировок и соревнований, что может повлиять на их карьеру.

3. Недостаток инфраструктуры в некоторых регионах. В ряде стран и регионов отсутствует должная поддержка киберспорта на государственном уровне, что затрудняет развитие местных лиг и команд.

Перспективы киберспорта выглядят положительными, с учетом следующих факторов:

- Рост аудитории. С каждым годом количество зрителей и участников киберспортивных событий продолжает расти.

- Инвестиции и поддержка. Привлечение новых инвесторов и развитие инфраструктуры будет способствовать укреплению позиций киберспорта.

- Технологические инновации. Развитие VR, AR и других технологий значительно улучшит качество игр и зрелищных событий.

Рассмотрим основные из них:

1. Физическое здоровье:

- Длительное пребывание за компьютером может привести к проблемам со зрением, зрительному утомлению и другим проблемам со здоровьем.

- Отсутствие физической активности может стать причиной ожирения, проблем с сердечно-сосудистой системой и другими заболеваниями.

- Возможные травмы как перенапряжение мышц.

2. Психическое здоровье:

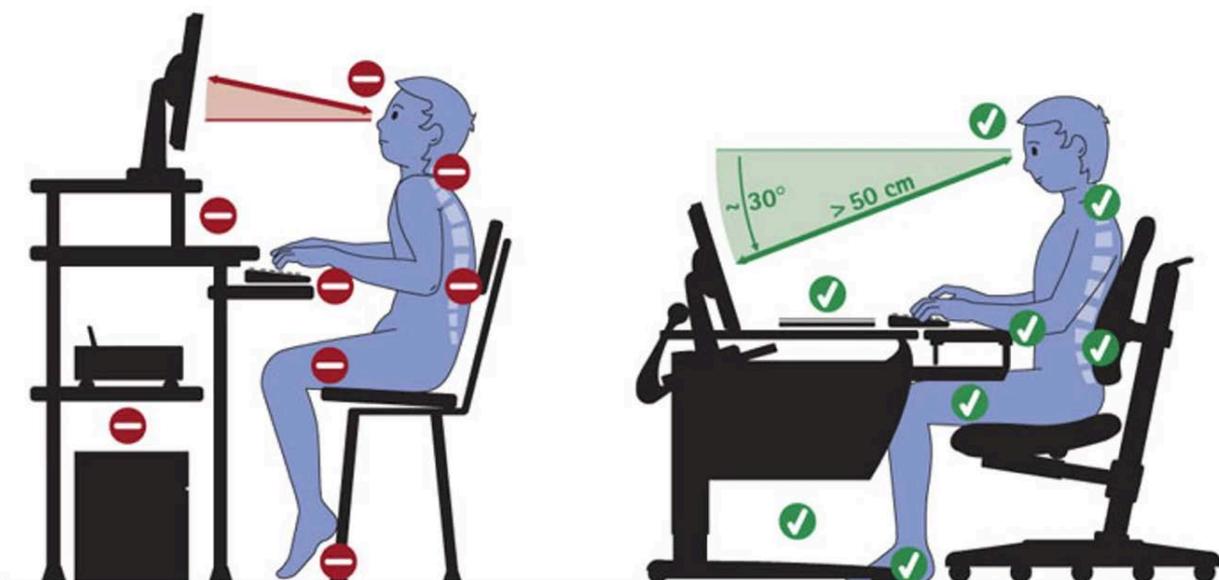
- Высокий уровень стресса и давление на результаты могут приводить к тревожности и депрессии.

- Проблемы с самооценкой могут возникать из-за критики и негативных комментариев в интернете.

- Изолированность и недостаток социального взаимодействия.

3. Финансовая нестабильность:

- Несмотря на увеличение призовых фондов, не все киберспортсмены получают стабильный доход.
- Необходимость искать спонсоров и возможности для заработка вне турниров.



Главная проблема киберспортсменов и блогеров – гиподинамия (низкая двигательная активность). Из-за этого в первую очередь страдают суставы и позвоночник.

Рис .3. В результате нагрузка распределяется неправильно, и позвоночный столб перегружается все больше.

Меры профилактики и коррекции игровой зависимости

Для эффективного предотвращения и коррекции игровой зависимости среди киберспортсменов необходимо принимать комплексные меры, включающие следующие аспекты:

Психологическая поддержка и консультирование: Регулярные сеансы с психологами и консультантами помогут киберспортсменам справляться с эмоциональными трудностями и стрессами, предотвращая развитие зависимости.

Баланс между работой и отдыхом: Важно создавать режим тренировок, который включает регулярные перерывы и время для отдыха, что способствует восстановлению сил и предотвращению перегрузки.

Мониторинг здоровья: Команды и организации могут внедрять регулярные медицинские обследования и мониторинг состояния здоровья игроков, чтобы выявлять признаки перегрузки и зависимостей на ранней стадии.

Образование и обучение: Киберспортсмены должны получать информацию о рисках, связанных с игровой зависимостью, а также о

методах самоорганизации и здоровых привычках, которые помогут поддерживать баланс между карьерой и личной жизнью.

Кетлин МакГи – дипломированный физиотерапевт. Она работает со многими киберспортивными командами и организаторами турниров. Чаще всего ей приходится иметь дело с болями в локтевых суставах, предплечьях и запястьях. Сухожилия и нервы страдают от неправильных поз, а также девайсов и мебели, непригодных для комфортного игрового процесса.

МакГи и несколько ее коллег работают с compLexity Gaming, OG и Counter Logic Gaming. Вместе с командами они разрабатывают системы поддержания формы игроков, которые организации впоследствии могли бы применять самостоятельно во время тренировок и буткемпов.

Часто причиной травм у киберспортсменов становится плохая эргономика пространства: речь не только о девайсах и мебели, но и о самих играх. Например, в файтинге Super Smash Bros. при игре за разных персонажей задействуются разные мышцы рук. Играя за Fox или Falco, игроки напрягают разные части предплечья, что может привести к растяжениям.

«В 90% случаев я могу угадать, выбирал ли игрок Fox в Super Smash Bros., просто пощупав его предплечье. Это забавно», — смеется МакГи.

При тренировках тело приспособляется к нагрузкам, но его возможности не безграничны — даже если нагрузки в киберспорте несопоставимы с футболом или баскетболом.

«Я никогда не сталкивалась со случаями, когда игрок физически не мог продолжать играть, но видела, когда игрокам каждый час требовалось прикладывать мешочек со льдом к больному месту».

В свое время проблемы со здоровьем заставили Клинтона «Fear» Лумиза из Evil Geniuses взять продолжительный перерыв в карьере. Для игрока в Super Smash Bros. Азиза «Нах» Аль-Ями боли в запястье привели к серии операций.

МакГи интересно, есть ли возрастной лимит для карьеры киберспортсменов: «У каждой спортивной карьеры есть свой предел. И хотя нагрузка на тело в футболе отличается по интенсивности от киберспорта, по части монотонных движений нагрузки почти идентичны».

Упражнения на растяжку кистей и запястий

Профильные киберспортивные физиотерапевты пока что редкость. По подсчетам МакГи, таких всего пять. Кетлин считает, что организациям следует брать пример с традиционного спорта и нанимать в штат профессиональных врачей, которые будут предотвращать симптомы и бороться с последствиями недугов.

Напоследок МакГи оставила простой, но действенный совет игрокам: не пренебрегайте возникающими болевыми ощущениями, держите осанку, правильно питайтесь и не бойтесь обращаться за

советом к специалистам. Как говорится на сайте физиотерапевта: «Больше играйте, меньше болейте».

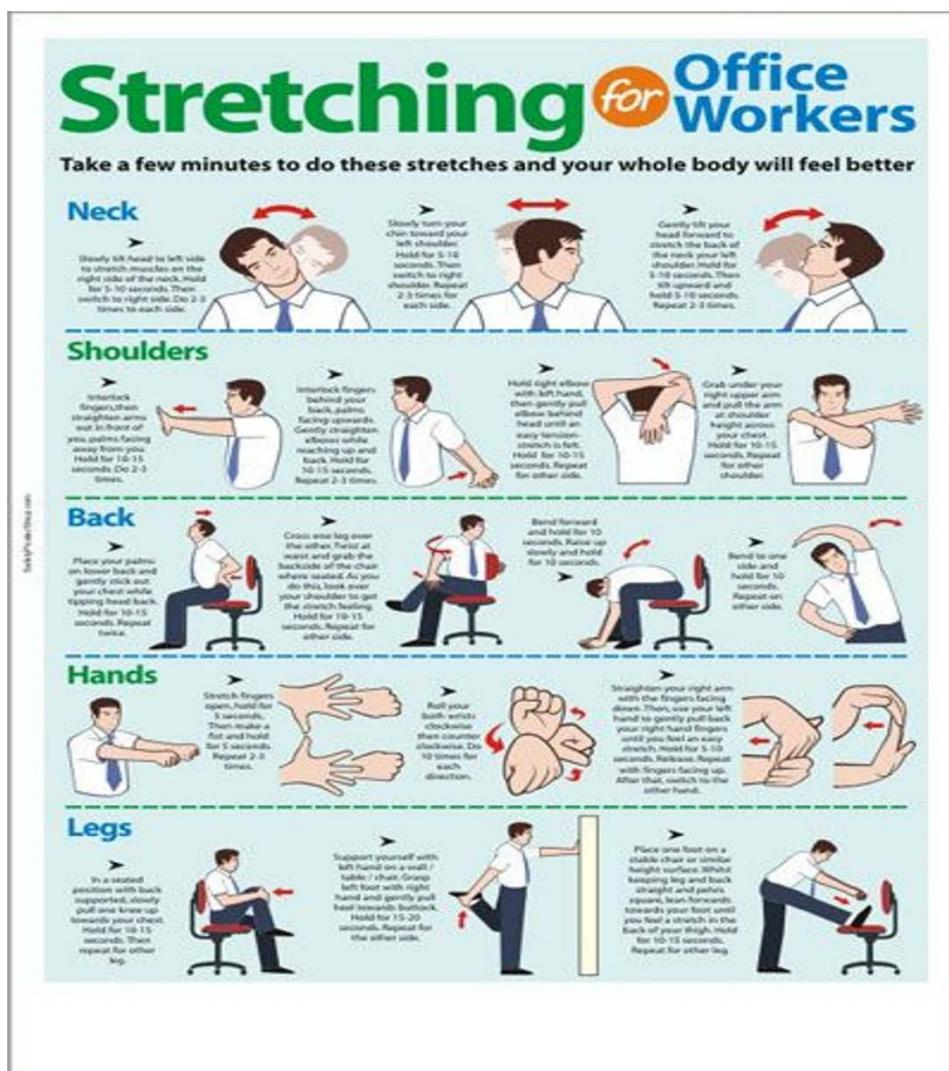


Рис .4. Упражнения на растяжку кистей, осанку и шею

Заключение

Киберспорт — это уже не просто развлечение, а полноценная индустрия, которая оказывает влияние на экономику, культуру и технологии. С каждым годом эта сфера будет продолжать развиваться, предлагая новые возможности для бизнеса и зрителей. Развитие этой индустрии привело к появлению новых форм досуга, социальной активности и профессиональных карьер, предоставив молодежи уникальные возможности для саморазвития и общения в глобальном масштабе. Игровая зависимость среди киберспортсменов — это серьезная проблема, которая может оказать разрушительное воздействие на профессиональную карьеру и здоровье игроков. Для эффективного предотвращения и борьбы с этой зависимостью важно внедрять комплексный подход, включая психологическую поддержку, мониторинг здоровья и создание здорового режима тренировок. Своевременная профилактика и корректировка игровых зависимостей

помогут киберспортсменам сохранять высокий уровень игры и поддерживать психоэмоциональное благополучие.

Рекомендации:

Внедрить программы психологической поддержки для киберспортсменов.

Установить четкие границы времени, посвящаемого тренировкам и отдыху.

Регулярно проводить мониторинг здоровья игроков.

Повышать осведомленность о рисках зависимости и внедрять программы по обучению здоровым привычкам.

Список использованных источников

1) Статья топ-10 самых популярных стримеров 2023 года/
<https://dota2.ru/news/38759-nix-vosel-v-desatku-samyh-popularnyh-strimerov-po-vsemu-miru-po-itogam-2023-goda/>

2) Статья Киберспорт: требования, зарплаты, проблемы, перспективы/
<https://gb.ru/blog/kibersport/>

3) Канюка, А. В. (2020). Психология зависимости и её влияние на профессиональных игроков в киберспорте. М.: Издательство "ПсихоЛогика".

4) Доклад на тему: Что такое киберспорт, как в него попасть и сколько зарабатывают спортсмены/
https://news.rambler.ru/games/52818760/?utm_content=news_media&utm_medium=read_more&utm_source=copylink

5) Статья Киберспорт в Казахстане/
<https://www.zakon.kz/sobytiia/6390401-kibersport-v-kazakhstane--eto-serezno-komandy-dobivayutsya-triumfalnykh-uspekhev.html>

6) Гайд: Как стать профессиональным киберспортсменом/
<https://cybersport.ru/397-gaid-kak-stat-professionalnym-kibersportsmenom-v-kazakhstane>

7) www.cybersport.ru

8) World Health Organization (WHO). (2018). Gaming Disorder. International Classification of Diseases (ICD-11). В этом официальном документе Всемирной организации здравоохранения представлен критерий для диагностики игровой зависимости, включая ее влияние на различные сферы жизни.