

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

DOKTORI (PHD) DISSZERTÁCIÓ

BÁNYAI FANNI

**A videojátékok professzionális (e-sport) és rekreációs
használatának pszichológiai háttere**

2020

**EÖTVÖS LORÁND TUDOMÁNYEGYETEM,
PEDAGÓGIAI ÉS PSZICHOLÓGIAI KAR**

Bányai Fanni

**A VIDEOJÁTÉKOK PROFESSZIONÁLIS (E-SPORT) ÉS
REKREÁCIÓS HASZNÁLATÁNAK PSZICHOLÓGIAI HÁTTERE**

Pszichológiai Doktori Iskola vezetője:

Dr. Demetrovics Zsolt, az MTA doktora, egyetemi tanár, Eötvös Loránd Tudományegyetem

Klinikai Pszichológia és Addiktológia Program vezetője:

Dr. Demetrovics Zsolt, az MTA doktora, egyetemi tanár, Eötvös Loránd Tudományegyetem

Témavezetők:

Dr. Demetrovics Zsolt, az MTA doktora, egyetemi tanár, Eötvös Loránd Tudományegyetem

Dr. Király Orsolya, PhD, egyetemi adjunktus, Eötvös Loránd Tudományegyetem

A Bíráló Bizottság tagjai:

- Elnök:** Dr. Oláh Attila, CSc, egyetemi tanár, Eötvös Loránd Tudományegyetem
- Bírálok:** Dr. Ujhelyi Adrienn, PhD, egyetemi adjunktus, Eötvös Loránd Tudományegyetem
Dr. Körmendi Attila, PhD, egyetemi adjunktus, Debreceni Egyetem
- Titkár:** Dr. Lippai Edit, PhD, egyetemi adjunktus, Eötvös Loránd Tudományegyetem
- Tagok:** Dr. Köteles Ferenc, az MTA doktora, egyetemi tanár, Eötvös Loránd Tudományegyetem
Dr. Kapitány-Fővény Máté, PhD, egyetemi adjunktus, Semmelweis Egyetem
Dr. Nagygyörgy Katalin, PhD, Pronovix
- Póttag:** Dr. Farkas Judit, PhD, tudományos munkatárs, Nyíró Gyula Országos Pszichiátriai és Addiktológiai Intézet

Budapest, 2020

Mindenki nek, aki valaha egy videojátékba menekült a valóság elől...



Tartalomjegyzék

Köszönetnyilvánítás	11
Rövidítések listája	13
Táblázatok listája	15
Ábrák listája	16
Releváns publikációk listája (MTMT)	17
1. Bevezetés	18
2. Elméleti háttér	21
2.1. Homo Ludens.....	21
2.2. A videojátékosok demográfiai jellemzői	22
2.3. A videojátékok kategorizálása, műfajai	23
2.4. A videojátékok melletti elköteleződés elemei.....	32
2.4.1. Játékelemek	32
2.4.2. Motivációs elméletek	34
2.5. A professzionális videojáték-használat – E-sport.....	43
2.5.1. Az e-sport múltja.....	43
2.5.2. Az e-sport jelene és jövője	44
2.6. A problémás játékhasználat és játékhasználati-zavar	47
2.6.1. A játékhasználati-zavar kezdeti megközelítései	47
2.6.2. DSM-5 és BNO-11.....	51
2.6.3. A játékhasználati-zavar mérése és előfordulási gyakorisága.....	57
2.6.4. A játékhasználati-zavar kialakulása, lefolyása, etiológiája és komorbid zavarok .	60
2.6.5. A játékhasználati-zavarhoz kapcsolódó szabályozás, prevenció és kezelési módok	64
3. Összegzés és célkitűzések.....	67
4. Az e-sport pszichológiája: Szisztematikus szakirodalmi összefoglaló	72
4.1. Bevezető.....	72
4.2. Módszerek.....	76
4.3. Eredmények.....	81
4.3.1. Hogyan válik e-sportolóvá egy játékos?	81
4.3.2. E-sportolók karakterisztikája	84
4.3.3. E-sport nézők jellemzői	87
4.4. Diskusszió.....	88
4.4.1. Konklúzió.....	91

4.4.2.	<i>Kiegészítő a szakirodalmi összefoglalóhoz</i>	92
5.	A motivációk mediációs hatása a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között e-sportolók és rekreációs játékosok körében	95
5.1.	Elméleti bevezető	95
5.2.	Módszerek	101
5.2.1.	<i>Vizsgálati személyek</i>	101
5.2.2.	<i>Mérőeszközök</i>	102
5.2.3.	<i>Statisztikai elemzés</i>	105
5.2.4.	<i>Etikai engedély</i>	105
5.3.	Eredmények	106
5.3.1.	<i>Leíró statisztikai eredmények</i>	106
5.3.2.	<i>Mediációs elemzés</i>	109
5.4.	Diszkusszió	111
5.4.1.	<i>Korlátok</i>	114
5.4.2.	<i>Implikációk és konklúzió</i>	115
6.	Megküzdési stratégiák és az e-sport moderáló szerepe a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar kapcsolatában	117
6.1.	Elméleti bevezető	117
6.2.	Módszerek	121
6.2.1.	<i>Vizsgálati személyek</i>	121
6.2.2.	<i>Mérőeszközök</i>	121
6.2.3.	<i>Statisztikai elemzés</i>	125
6.2.4.	<i>Etikai engedély</i>	125
6.3.	Eredmények	125
6.3.1.	<i>Leíró statisztikai eredmények</i>	125
6.3.2.	<i>Feltáró faktorelemzés</i>	126
6.3.3.	<i>Moderációs modellek</i>	130
6.4.	Diszkusszió	134
6.4.1.	<i>Korlátok</i>	137
6.4.2.	<i>Kitekintés</i>	137
7.	Karrier profi e-sportolóként: Videójátékos motivációk, mint a professzionális e-sportolói karrier előrejelző mutatói	139
7.1.	Elméleti bevezető	139
7.2.	Módszerek	143
7.2.1.	<i>Vizsgálati személyek</i>	143

7.2.2.	<i>Mérőeszközök</i>	144
7.2.3.	<i>Statisztikai elemzés</i>	145
7.2.4.	<i>Etikai engedély</i>	146
7.3.	Eredmények	146
7.3.1.	<i>Leíró statisztikai eredmények</i>	146
7.3.2.	<i>Bináris logisztikus regressziós modellek</i>	151
7.4.	Diszkusszió	154
7.4.1.	<i>Korlátok</i>	156
7.4.2.	<i>Kitekintés és konklúzió</i>	156
8.	Összegzés	158
8.1.	A kutatási eredmények összefoglalása	158
8.1.1.	<i>Az e-sport pszichológiája: Szisztematikus szakirodalmi összefoglaló</i>	163
8.1.2.	<i>A motivációk mediációs hatása a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között e-sportolók és rekreációs játékosok körében</i>	164
8.1.3.	<i>Megküzdési stratégiák és az e-sport moderáló szerepe a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar kapcsolatában</i>	165
8.1.4.	<i>Karrier profi e-sportolóként: Videojátékos motivációk, mint a professzionális e-sportolói karrier előrejelző mutatói</i>	166
8.2.	Korlátok	167
8.3.	Kitekintés és konklúzió	168
	Hivatkozások	171
	Mellékletek	199

Köszönetnyilvánítás

Mindenekelőtt szeretnék köszönetet mondani témavezetőimnek, Prof. Dr. Demetrovics Zsoltnak és Dr. Király Orsolyának, hogy szakmai tudásukkal támogattak és segítségükkel beléphettem a videojátékok kutatásával foglalkozó tudományos közegbe. Köszönöm a bizalmat és a lehetőséget, hogy ötleteimet elmondhattam és megvalósíthattam iránymutatásuk mellett. Köszönöm, hogy olyan lehetőségeket biztosítottak számomra, amelyek hozzájárultak szakmai fejlődésemmel és új távlatokat nyitottak előttem a tudományos életben.

Szintén szeretném megköszönni a közös munkát Dr. Kökönyei Gyöngyinek, Prof. Dr. Mark D. Griffithsnek, Dr. Cecilie Schou Andreassennek és Dr. Elekes Zsuzsannának, hogy első tudományos szárnypróbálgatásaimban szakmai segítséget kaphattam tőlük, mint társszerzőktől. A velük való közös munka során rengeteg tudást és tapasztalatot szereztem, nem csak megismerve mélyebben a szakterületüket, hanem magát a publikálás folyamatát és megélhettem az együtt alkotás érzését.

Szeretnék köszönetet mondani egyetemi oktatóimnak, akiknek szárnya alatt az ELTE PPK Pszichológiai Doktori Iskolájában, illetve a pszichológia mesterképzésen fejlődhettem. Többek között Dr. Ujhelyi Adriennek köszönöm a mester képzésen belém vetett bizalmát, hogy inspirált a videojátékok kutatásában, és egyik első oktatómként elfogadóan állt az érdeklődési területemhez minden szkepticizmus nélkül. Köszönettel tartozom Prof. Dr. Urbán Róbertnek, aki nagyon sokban hozzájárul statisztikai ismereteim bővítéséhez, egészen új irányokat mutatva nekem a kutatás palettáján. Köszönöm Dr. Maráz Anikónak, aki kollégaként és oktatómként megtanított, milyen egy tudományos cikk megalkotása (vagy hogyan éljük túl a doktori képzést), ebből a mai napig építkezem. Köszönöm Dr. Lippai Editnek, Obreczán Tamásnak és Ferenci Lászlónak, hogy egyetemi keretek között lehetőséget adtak arra, hogy meséljek és inspiráljak másokat a videojátékok kutatásában. Köszönöm Prof. Dr. Németh Dezsőnek, akinek egy emlékezetes előadásában elhangzott „Ha nem publikálsz, néma vagy” üzenetből sokszor inspirációt meríthettem a doktori képzésben töltött évek során és úgy érzem, végre megtaláltam a hangom.

Köszönöm a Klinikai Pszichológia és Addiktológia Tanszék kollégáinak, akik befogadtak közösségükbe, és olyan projektekből vehettem részt mellettük, amelyekről csak álmodni

mertem. Így köszönettel tartozom Magi Annának, Eisinger Andreának, Dr. Vizin Gabriellának, Dr. Lajtai Lászlónak a közös munkáért.

Dr. Zsila Ágnesnek köszönöm, hogy doktori képzésünk nulladik napjától kezdve támogatott szakmailag és barátként is. A közös, produktív munka hatalmas motiváció volt számomra.

Szeretném hálámat kifejezni a 4 magazin teljes csapatának, akikkel az elmúlt években számos, tudomány-népszerűsítő projektben vehettem részt. Hatalmas élmény volt számomra, hogy együtt dolgozhattam velük és remélem a jövőben is lesz lehetőségem rá. Átaltuk lehetőségem volt a videojátékok kutatását közérthetővé, könnyen emészthetővé és érdekessé tenni játékosok számára, akik sokszor csak azt tapasztalják, hogy a média negatívan minősíti hobbijukat/munkájukat. Ez a nagyszerű együttműködés nem valósulhatott volna meg témavezetőim közbenjárása nélkül. Köszönöm, hogy részese lehettem/lehetek.

Szeretném megköszönni páromnak, Péntek Balázsnak; barátnőmnek, Nagy Eszternek és családomnak, hogy itt voltak végig velem az úton, amíg eljutottam a videojátékok kutatásának álmodozásától jelen doktori disszertáció megírásáig. Köszönöm, hogy minden hangulatom, állapotom elviselték, átsegítettek rajta és inspiráltak, hogy kitartsak a végsőkig. Köszönöm munkahelyemnek a rugalmas hozzáállást és biztatást, hogy igenis be tudom fejezni a disszertációm.

Végezetül, de nem utolsó sorban szeretném megköszönni minden játékosnak, aki részt vett valaha bármelyik videojátékokkal kapcsolatos kutatásunkban. Idejüket és energiájukat rászánva, hogy segítsenek, s akik nélkül ez a disszertáció sem születethetett volna meg. GGWP!

Rövidítések listája

BCOPE: Rövidített COPE Skálát (Brief COPE Scale)

BSI: Rövid Tünet Skálát (Brief Symptom Inventory)

CFI: Komparatív illeszkedési mutató (comparative fit index) és a

CI: Konfidencia intervallum (confidence intervall)

CS:GO: Counter Strike: Global Offensive című játék rövidítése; magyar játékos nyelvhasználatban csak „Csé”

DOTA2: Defenders of the Ancients 2 című játék rövid megnevezése

EFA: Feltáró faktorelemzés (Exploratory Factor Analysis)

E-sport: versenyszerű videojáték (electronic sports)

GD: Játékhasználati-zavar (Gaming Disorder)

IGD: Internetesjáték-használati zavar (Internet Gaming Disorder)

IGDT-10: 10-tételes Internetesjáték-használati Zavar Teszt (10-Item Internet Gaming Disorder Test)

LoL: League of Legends című játék rövid megnevezése

M/MOFPS: Sokszereplős online belső nézetes lövöldözős játékok (Massively Multiplayer Online First-person Shooter)

M/MORPG: Sokszereplős online szerepjátékok (Massively Multiplayer Online Role-Playing Game)

M/MORTS: Sokszereplős online stratégiai játékok (Massively Multiplayer Online Real Time Strategy Games)

MLR: Maximum Likelihood Estimation Robust elemzési mód

MMOG: nagyon sokszereplős online játékok megnevezése (Massively Multiplayer Online Gaming)

MOBA: Többszereplős Internetes Csata Aréna (Multiplayer Online Battle Arena)

MOG: többjátékos online játékok megnevezése (Multiplayer Online Gaming)

MOGQ: Online Játékok Motivációja Kérdőív (Motivations of Online Gaming Questionnaire)

OG: az online játékok legáltalánosabb rövidítése és megnevezése (Online Gaming)

POGQ: Problémás Online Játék Kérdőív (Problematic Online Gaming Questionnaire)

RMSEA: A megközelítési négyzetes középérték hiba (Root Mean Square Error of Approximation)

SEM: Strukturális Egyenlet Modellezés (Structural Equation Modeling)

SRMR: Reziduális négyzetes középérték (Standardized Root Mean Square Residual)

TLI: Tukey-Lewis Illeszkedési mutató (Tukey-Lewis Fit Index)

WoW: World of Warcraft

Táblázatok listája

- 1. táblázat:** A fő játékműfajok jellemzői
- 2. táblázat:** Yee motivációs modellje MMORPG játékosok körében
- 3. táblázat:** Az MOGQ játékmotivációs struktúrája és jellemzői
- 4. táblázat:** A Quantic Foundry motivációs modellje
- 5. táblázat:** A problémás játékhasználat dimenziói
- 6. táblázat:** E-sport fókuszú pszichológiai tanulmányok összefoglaló táblázata
- 7. táblázat:** A videójátékosok demográfiai jellemzői
- 8. táblázat:** Pszichopatológiai és videójáték-használathoz köthető változók
- 9. táblázat:** Feltáró faktorelemzés alapján kapott faktorok Promax rotációval
- 10. táblázat:** Vizsgált változók korrelációs mátrixa
- 11. táblázat:** A megküzdési stratégiák moderációs elemzése a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közötti kapcsolatban
- 12. táblázat:** Játékostípus moderációs elemzése a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar kapcsolatában
- 13. táblázat:** Versenyzői tapasztalattal rendelkező férfi játékosok e-sportolói jellemzőinek leíró statisztikai eredményei
- 14. táblázat:** Az online játék motivációk közti zero-order korreláció
- 15. táblázat:** A profi e-sportolói karrier tervezésének bináris logisztikus regressziós modelljei (N = 190)
- 16. táblázat:** Összefoglaló a négy kutatás céljairól, módszertanáról és eredményeiről

Ábrák listája

- 1. ábra:** Az online játékok típusai Nagygyörgy és munkatársai (2012) nyomán
- 2. ábra:** Videójátékműfajok
- 3. ábra:** Bartle-féle játékos tipológia
- 4. ábra:** Többcsoportos (multigroup) elemzés és az útelemzés együtthatói a két játékos típusban
- 5. ábra:** A megküzdési stratégiák és a pszichés distressz közötti kétirányú interakciós hatás a játékhasználati-zavarra

Releváns publikációk listája (MTMT)

- Bányai, F., Zsila, Á., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2020). *Career as a professional gamer: Gaming motives as predictors of career plans to become a professional esports player*. Kézirat lektorálás alatt.
- Bányai, F., Zsila, Á., Kökönyei, G., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2020). *Do coping mechanisms and being an esports player moderate the relationship between psychiatric symptoms and gaming disorder?* Kézirat lektorálás alatt.
- Bányai, F., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2019). The mediating effect of motivations between psychiatric distress and gaming disorder among esports gamers and recreational gamers. *Comprehensive Psychiatry*, 94, 152117.
- Bányai, F., Griffiths, M. D., Király, O., & Demetrovics, Z. (2018). The psychology of esports: A systematic literature review. *Journal of Gambling Studies*, 35(2), 351-365. doi: <https://doi.org/10.1007/s10899-018-9763-1>
- Bányai, F., Zsila, Á., Demetrovics, Z., & Király, O. (2018). A problémás videojáték-használat újabb elméleti és gyakorlati megközelítései. *Információs Társadalom: Társadalomtudományi Folyóirat*, 18(1), 93-106.
- Király, O., Griffiths, M. D., King, D. L., Lee, H.-K., Lee, S.-Y., Bányai, F., Zsila, Á., Takacs, Zs. K., & Demetrovics, Z. (2018). Policy responses to problematic video game use: A systematic review of current measures and future possibilities. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), 503-517.
- Király, O., Lajtai, L., Bányai, F., Zsila, Á., Magi, A., Túri, A., Ribáry, G., Botos, V., Balázs, J., & Demetrovics, Z. (2018, 23-25 April). *Preliminary findings of clinical interviews with gamers scoring high on problematic gaming tests*. Paper presented at the 5th International Conference on Behavioral Addictions, Cologne, Germany.
- Bányai F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Zs., Griffiths, M. D., Andreassen, C. S., & Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *Plos One*, 12(1), e0169839.
- Bányai, F., & Fülöp, M. (2015). A videojáték-használat pszichológiai megközelítései. *Imágó Budapest*, 4(4), 6-26.

1. Bevezetés

Nagyjából egy évtizede annak, hogy elkezdtem a videojátékok iránt igazán érdeklődni egy hosszabb kihagyás után. Az egyik első emlékem, hogy egy gyerekkori barátnőmmel 10-11 évesen a Harry Potter rajongásunk azóta sem csituló tetőfokán közösen elkezdtünk az első rész történetét felölelő videojátékkal játszani. Nagyon sok időt áldoztunk rá és volt egy pálya, amelyiken hetekig nem tudtunk továbbjutni, míg a megoldást egymásnak küldött postai leveleinkben meg nem találtuk. Ezt követően azonban nagyon sokáig egyáltalán nem foglalkoztam hobbiszinten sem videojátékokkal.

Kicsit több mint tíz éve azonban, amikor megismerkedtem párommal, aki aktív játékos volt. Szerettem volna megérteni, miért szereti a videojátékokat, így először csak mellette ülve néztem, ahogy játszik. Majd én is kedvet kaptam, hogy kipróbáljam magam egy virtuális világban. Név szerint a World of Warcraft sokszereplős online szerepjátékban. Úgy gondolom ez a nyitott hozzáállás vezetett végül ahhoz, hogy rajongani kezdjek a videojátékokért.

A videojátékok iránti rajongás nem sokkal azelőtt kezdődött, hogy megkezdtem tanulmányaimat a pszichológia alapszakon, ahol hamar rá kellett jönnöm több dologra. Egyrészt a játékhasználattal kapcsolatban léteznek kutatások a pszichológiában, másrészt ezek a kutatások engem is kellően inspiráltak arra, hogy mind a BA-s, mind MA-s szakdolgozataimban valamilyen módon, de beépítsem őket. A videojátékok kutatása miatt helyenként kétkedést, máskor komoly segítséget és támogatást kaptam oktatóimtól és mentoraimtól.

A játék egy idő után így nem csak a hobbimmá vált, hanem sokkal többé kezdte kinőni magát számomra. Ezt annak is köszönhetem, hogy az Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Karán a Pszichológia Doktori Képzése során olyan témavezetőkkel dolgozhattam együtt az utóbbi 5 évben, akik a videojátékok kutatásában nemzetközi szinten is aktívan részt vesznek, és akik mellett a játékhasználati-zavar körül kialakult igencsak komoly szakmai vitát első sorból követhettem végig. Sőt, hangot is adhattam szakmai meglátásaimnak publikációink nyomán.

Ennek következő lépcsőfokaként (nagyjából mintha level-up-oltam volna) kezdtem el foglalkozni a problémás játékhasználat kvázi szöges ellentétével, a professzionális videojáték használattal (e-sport), mely eddig kevés figyelmet kapott a tudomány területén. Az e-sport

pszichológiai megközelítésű kutatásának köszönhetően azt is megtapasztalhattam, milyen az, amikor egy kutatási terület még annyira új, hogy alig létezik releváns szakirodalom a témában. Viszont láthattam azt is, hogy kutatási eredményeink valóban hozzájárulhatnak a videojáték-használat mélyebb megismeréséhez.

Jelen disszertáció a videojátékok rekreációs és professzionális (e-sport) használatának vizsgálatait foglalja össze pszichológiai aspektusból.

A disszertáció első része az *Elméleti bevezető*, mely a videojátékok általános jellemzőit foglalja magában, úgy mint a játékosok demográfiai jellemzői, játékműfajok és egyéb kategorizációk, játékos motivációk és hozzájuk kapcsolódó játékmechanizmusok és elemek. Az általános videojáték bemutatót követi az e-sport rövid fejlődéstörténete és a versenyzők legfontosabb demográfiai és játékhasználati jellemzőinek bemutatása. Az Elméleti bevezető harmadik szegmense a játékhasználati-zavar kezdeti modelljeit, jelenleg legelfogadottabb terminológiáit és kritériumait, valamint a játékhasználati-zavarhoz köthető pszichológiai mechanizmusokat mutatja be (pl., lefolyás, prevalencia, komorbiditás, prevenció és intervenció irányelvek). Az első szekció végén a tanulmányok célkitűzéseit mutatom be.

A disszertáció második részét az első tanulmány jelenti, mely egy szisztematikus szakirodalmi összefoglaló az e-sport pszichológiai kutatásairól. A fejezet a 2018-ban, *Journal of Gambling Studies* folyóiratban megjelent tanulmány magyar változata kisebb módosításokkal (Bányai, F., Griffiths, M. D., Király, O., & Demetrovics, Z. (2018). The psychology of esports: A systematic literature review. *Journal of Gambling Studies*, 35(2), 351-365.).

A harmadik rész az e-sportolók és hobbijátékosok összehasonlításán alapuló kutatást foglalja magában, melyben a játékhasználati-zavar és a pszichés distressz közti kapcsolatban szerepet játszó játékmotivációk mediációs modelljét teszteltük hobbi játékosok és e-sportolók körében. A fejezet a 2019-ben, *Comprehensive Psychiatry* folyóiratban megjelent tanulmány magyar változata kisebb módosításokkal (Bányai, F., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2019). The mediating effect of motivations between psychiatric distress and gaming disorder among esports gamers and recreational gamers. *Comprehensive Psychiatry*, 94, 152117.).

A negyedik részben található tanulmány szintén a játékhasználati-zavar háttérmechanizmusát tárja fel. Ezúttal a megküzdési stratégiák és az e-sport (mint

játékhasználati típus) moderáló szerepét vizsgáltuk. A fejezet a Bányai, F., Zsila, Á., Kökönyei, G., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2020). *Do coping mechanisms and being an esports player moderate the relationship between psychiatric symptoms and gaming disorder?* című kézirat átültetése magyar nyelvre kisebb módosításokkal.

Az ötödik szekcióban található tanulmány a profi e-sportolói karrier iránt érdeklődő játékosok motivációit vizsgálta, hogy bejósolhatják-e az egyes játékos motivációk, hogy valaki tervez-e profi játékosná válni. A fejezet a Bányai, F., Zsila, Á., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2020). *Career as a professional gamer: Gaming motives as predictors of career plans to become a professional esports player.* című kézirat átültetése magyar nyelvre kisebb módosításokkal.

A disszertáció utolsó, hatodik részében a bemutatott kutatási eredményeket összegzem, illetve azok felhasználási lehetőségeit - kitérve az egyes vizsgálatok korlátjaira és jövőbeli lehetséges tervekre, melyek építhetnek a jelen diplomamunka eredményeire.

2. Elméleti háttér¹

2.1. Homo Ludens

A videojátékokra, sőt a hagyományos értelemben vett játéktevékenységre is elsősorban rekreációs tevékenységként tekintünk, és elsősorban gyerekekre jellemzőnek definiáljuk. Magával a játékokkal kapcsolatos attitűdök folyamatosan változtak az évszázadok alatt. Különböző korokban eltérően viszonyultak a gyerekek játéktevékenységéhez, pusztán szórakozásként, feszültség levezetőjeként vagy éppen a tanítás/tanulás/képességfejlesztés eszközeként. (Millar, 1973). Számos fejlődéslélektani modell szerves részeként is megjelenik a játéktevékenység, mely végigköveti fejlődésünk különböző szakaszait. Például Piaget (1978) a kognitív fejlődés lépéseit végigkísítő tevékenységként jellemzi a játékot (szomatoszenzoros, műveletek előtti, konkrét műveletek és formális műveletek szakasza). Mérei és V. Binét (1985) az éntudat kialakulásában tulajdonít jelentőséget a játéktevékenységnek, kiemelve, hogy bármi játékká válhat az egyén számára, melynek során megtanulhatja, hogyan különítse el magát a külvilágtól, vagy küzdjön meg az életében megjelenő problémákkal. Vigotszkij (1971) nyelv és gondolkodás fejlődéslélektani modelljében a játéknak fontos szerepe van a képzelet és a gondolkodás párhuzamos fejlődésében. A játék lehetővé teszi a képzelet szabadságát, a valóság újrafelfedezését és újraszervezését.

Kulturális antropológiai megközelítéséből kiindulva a játék nem csak az egyéni fejlődésünket, hanem az emberiség fejlődését, a kultúra bölcsőjét is jelentheti. Huizinga (1990) a játékot tekinti az egyik legősibb tevékenységnek, mely nem csak emberekre, hanem az állatokra is jellemző. Tanulmányában az emberi kultúra mozgatórugójaként definiálja a játékot, mely nem pusztán fiziológiai reakció (bár született utánzási ösztönön alapszik),

¹ Az elméleti háttér bemutatása a következő elméleti tanulmányaink alapján készült:

Bányai, F., & Fülöp, M. (2015). A videojáték-használat pszichológiai megközelítései. *Imágó Budapest*, 4(4), 6-26.;

Bányai, F., Zsila, Á., Demetrovics, Z., & Király, O. (2018). A problémás videojáték-használat újabb elméleti és gyakorlati megközelítései. *Információs Társadalom: Társadalomtudományi Folyóirat*, 18(1), 93-106.

Király, O., Griffiths, M. D., King, D. L., Lee, H.-K., Lee, S.-Y., Banyai, F., Zsila, Á., Takacs, Zs. K., & Demetrovics, Z. (2018). Policy responses to problematic video game use: A systematic review of current measures and future possibilities. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), 503-517.

hanem mindig értelemmel és céllal is bír. „A játék szabad cselekvés vagy foglalkozás, amely bizonyos önkéntesen, előre meghatározott időben és térben, szabadon választott, de föltétlen kötelező szabályok szerint folyik le; célja önmagában van, bizonyos feszültség és öröm érzése, továbbá a közönséges élettől való különbözőség tudata kíséri.” (Huizinga, 1990, 37. oldal).

2.2. A videojátékosok demográfiai jellemzői

Az előbbiekben láthattuk, hogy a játéktevékenység önmagában milyen fontos szerepet tölt be egyéni, társas és kulturális szinten is. Épp ezért érdekes, hogy máig ambivalens a videojátékok (digitális játékoknak) társadalmi szintű megítélése, annak ellenére, hogy egyre nagyobb népszerűségnek örvendenek.

Ha párhuzamot vonunk az analóg játékhasználattal, feltételezhető, hogy a videojátékhasználat is elsősorban gyerekek és fiatalok körében jellemző, de a videojátékos közösség ennél jóval összetettebb és színesebb. A sztereotípiával ellentétben (mely szerint a kamasz fiúk játszanak) a digitális játékok jóval nagyobb közösséget vonzanak, mint a gyerekek vagy serdülők csoportja.

Az Entertainment Software Association (röviden ESA) amerikai játékeladási statisztikák alapján minden évben elkészít egy kimutatást arról, hogy az adott régió videojátékhasználoiról. A legfrissebb, 2019-es adatok alapján látható, hogy több mint 164 millió felnőtt videojátékos él az Amerikai Egyesült Államokban, és az amerikai háztartások 75%-ban legalább egy játékos él (Entertainment Software Association, 2019).

Az ESA legfrissebb piackutatási eredményei alapján egy átlagos videojátékos 33 éves (54% férfi és 46% női játékos arány), és már megközelítőleg 14 éve aktívan videojátékokkal játszanak (Entertainment Software Association, 2019). Ugyanakkor az ESA által készített tanulmányokban szereplő eredményeket érdemes fenntartásokkal kezelni a piackutató cég profitorientált jellege miatt.

Magyar viszonylatban is készült már több piackutatás 2016 óta, ami a hazai játékosközösség demográfiáját és játékhasználati szokásait vizsgálja. Az eNet Internetkutató és Tanácsadó Kft. (röviden eNet) 2017-es tanulmánya alapján Magyarországon a 18-65 év közötti internetezők 58%-a szokott valamilyen videojátékkal játszani. Az eNet kutatása

alapján minimum 3,7 millió főre becsülhető a magyar videojátékosok száma az országban (Pintér, 2018).

Ugyanebben a kutatásban nemi és életkori összetételét is vizsgálták a magyar játékosoknak, mely során látható, hogy az internethasználó férfiak 61%-a és az internethasználó nők 54%-a játszik videojátékokkal. Életkort tekintve a játékhasználat a 18-25 év közöttiek körében a legnépszerűbb, de a 2017-es tanulmány alapján a gyerekekre vonatkozóan is látható, hogy 18 év alattiak nagyjából 56%-a játszik. Korcsoport szerint az 5 év alattiak negyede, 6-10 évesek kétharmada, 11-18 évesek háromnegyed videojáték-használó (eNet, 2018; Pintér, 2018).

2.3. A videojátékok kategorizálása, műfajai

A videojátékokat többféle terminus alapján csoportosíthatjuk. Kategorizálhatjuk őket platform alapján (vagyis milyen eszközön lehet velük játszani), játékmód alapján, de csoportosíthatjuk őket műfajuk szerint is.

A videojáték-használatnak számos platformja lehet. A hagyományos konzolok, laptopok és asztali számítógépek mellett az utóbbi években egyre nagyobb teret nyert magának az okostelefon, mint új videojátékos-platform, valamint ehhez kapcsolódóan a mobilis játékplatformok, kézi eszközök is népszerűek, úgymint a GameBoy, Nintendo Switch, PDA vagy tablet (Apperley, 2006).

Az eNet felmérései alapján látható, hogy a legnépszerűbb platformok az okostelefonok (54%), laptop/ asztali számítógép (46% / 42%), és a konzolok (8%) (Pintér, 2018). Az ESA legfrissebb felmérése hasonló mintázatot mutat az eladási statisztikák alapján, bár az arányok eltérnek: a játékosok 38%-a laptop/számítógép, 37%-a okostelefon és 33%-a konzol használó (Entertainment Software Association, 2019). Az egyes eszközök használata nem zárja ki egymást, tehát egy játékos akár több videojátékra alkalmas eszközzel is rendelkezhet, amelyek közötti váltást meghatározhatja többek közt az életvitele (beleértve az anyagi kereteket is), életkora, az általa játszott játékok megjelenési platformja. Például a 18-34 év közötti játékosok körében az elsődleges játék-platform a férfiak esetében a konzol, míg a női játékosok esetében az okostelefon; míg az 55 év felettek körében az asztali számítógép (férfiak) és az okostelefon (nők) használata jellemzőbb (Entertainment Software Association, 2019).

Játékmód alapján is megkülönböztethetjük a videojátékokat. A *single-player* (egyéni) módban a játékos egyedüli aktív cselekvő virtuális térben, a fejlesztők által leprogramozott nemjátékos-karakterekkel (non-playable character; NPC) léphet interakcióba és általában egy előre megírt utat járhat be. A *multiplayer* (többjátékos) módban a felhasználónak lehetősége van más játékosokkal interakcióba lépni, csapatot alkotni, közösen megoldani a játék eléjük állított kihívásait, vagy éppen egymás ellen küzdhetnek (Bányai & Fülöp, 2015).

A videojátékokat műfajuk szerinti nehéz jól körülhatárolható kategóriákba sorolni. Mind a játékfejlesztő cégek számára, mind a videojátékokkal foglalkozó kutatók számára is komoly fejtörést okozhat egy-egy adott játék besorolása, mivel nincs egységes kategorizáció és az egyes hibridműfajok is megnehezítik a tiszta, jól körülírható műfaji kategóriák elkülönítését. Jelen fejezetben Nagygyörgy, Mihalik, és Demetrovics (2012) kutatása alapján mutatom be az egyes műfaji kategóriákat.

Nagygyörgy és munkatársainak (2012) definíciója szerint a videojáték egy olyan ernyőfogalom, amely az összes digitálisan játszható játékot magában foglalja. Emiatt két fő csoportot különíthetünk el közöttük: online és offline játékokat.

Az offline játékokra általánosságban jellemző, hogy az adott játékos egyedül játssza őket (hasonlóan a korábban bemutatott *single-player* játékokhoz), egyedül oldja meg a játék által elé állított feladatokat. Az offline játékok sokkal lineárisabb felépítésűek, általában egy történetet jár végig benne a játékos egy kiindulópontból egy végpont felé haladva. Ezzel szemben az online játékokat egyrészt a játékosok többedmagukkal (akár fizikailag is egy virtuális térben tartózkodva) játszhatják, interakcióba léphetnek egymással online, csapatba verődve közösen oldhatják meg a játék küldetéseit vagy versenghetnek egymással. Az online játékok szinte „végtelenek”, tehát nincs egy fix végcéljük, amit elérve a játékos nem tudja tovább folytatni a játékot. Szerteágazó küldetések, időszakosan megjelenő újabb tartalmak (úgynevezett kiegészítők [expansion]) jelennek meg hozzájuk, amelyek tovább tágítják az adott online játék virtuális világát mind „fizikai” értelemben (pl., új pályák, területek), mind a történet szempontjából (pl., új történet, narratíva, fő célok) (Nagygyörgy és mtsai, 2012). Ma már egyre ritkábbak a szigorúan vett offline játékok, mert a fejlesztők egy-egy online platform használatához kötik a játékba való belépést (vagyis egy külön szoftverbe történő belépéssel lehet a játékot elindítani, ezek általában felhő-alapú szolgáltatások, pl. Steam, Battlenet, Epic Store, uPlay). Emiatt szinte minden offline játék használatához is

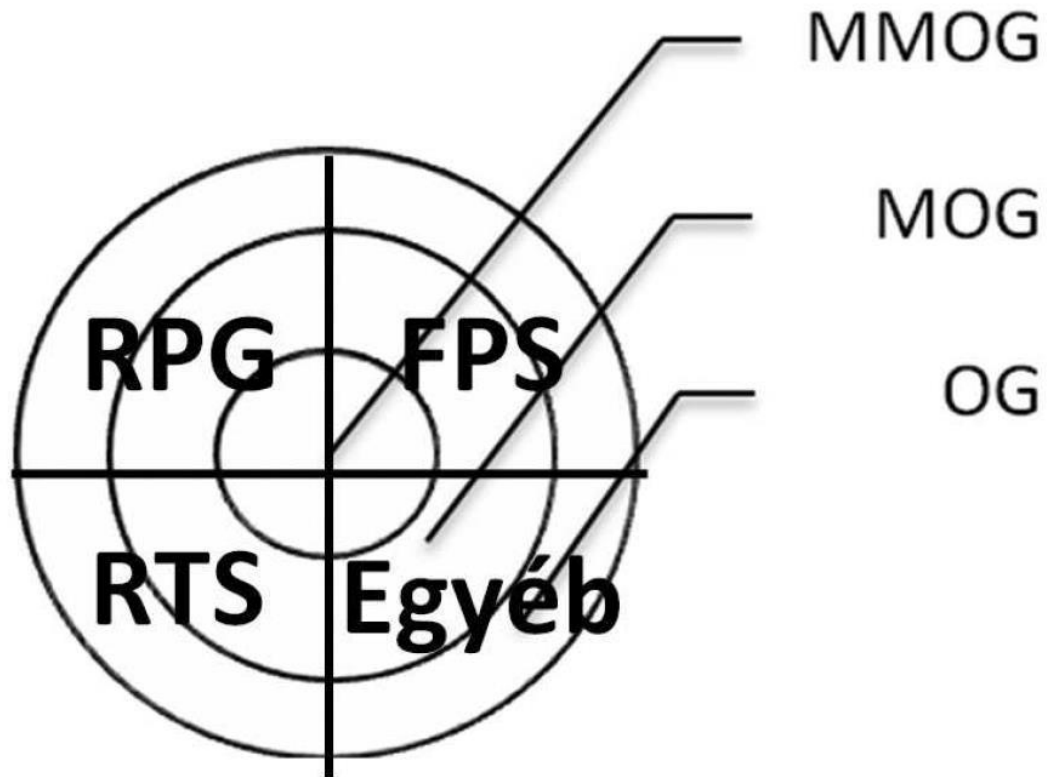
internetkapcsolatra van szükség. Emellett gyakori, hogy online kampányt adnak hozzá az offline játékokhoz, vagyis egy mellékszálként a játékos interakcióba léphet más játékosokkal a virtuális világban. Egy korai kutatás is hangsúlyozta a játékvilág online irányba történő elmozdulását, mely szerint a játékosok 70%-a inkább online játékokat preferál az offline-nal szemben (De Prato, Feijó, Nepelski, Bogdanowicz, & Simon, 2010).

A játékműfajok kategorizálása során így fontos a játékok online/offline mivolta. Az online játékműfajok már megnevezésükben és rövidítésükben is utalhatnak online mivoltukra (pl., rövidítés, mozaikszó formájában). Az első online játék megjelenési formája a MUD (Multi-User Dungeon) rövidítéssel lényegében a szövegalapú virtuális világokat jelenti. Ez az online játék az 1970-es években örvendett nagy népszerűségnek, építkezett az online fórumok szöveges formátumára és a hagyományos (asztali és élő) szerepjátékokra. Ezen műfajból nőtte ki magát a mai sokszereplős online szerepjátékok műfaja is (lásd lentebb).

Nagygyörgy és munkatársai (2012) az online játékműfajokat a játékosok számának figyelembe vételével három osztályba sorolták (lásd, *1. ábra: Az online játékok típusai Nagygyörgy és munkatársai (2012) nyomán*). Ez alapján az általánosabb, egyszerűbb online játékoktól az egyre specifikusabbak, komplexebbek felé haladva az alábbi csoportokat különíthetjük el:

1. OG: *Online Gaming*, online játékok legáltalánosabb rövidítése és megnevezése, nem feltételezi a többjátékos módot.
2. MOG: *Multiplayer Online Gaming*, ez a kategória hangsúlyozza már, hogy a játékosok együtt játszhatnak más játékosokkal.
3. MMOG: *Massively Multiplayer Online Gaming*, nagyon sokszereplős online játék. Ezt a kifejezést olyan online játékokra használjuk, melyekben több ezer vagy akár több millió játékos is játszik egyszerre.

1. ábra: Az online játékok típusai Nagygyörgy és munkatársai (2012) nyomán



Az online játékok közös jellemzőin alapuló csoportosítás tovább specifikálhatja a fő játékműfajok megkülönböztetését, melyek alapja az egyes műfajok egyedi karakterisztikája. Ez alapján Ghuman és Griffiths (2012), valamint Nagygyörgy és munkatársai (2012) tanulmánya 4 kategóriát különít el egymástól, melyeket az alábbi táblázatban összefoglalva láthatunk, megnevezésük, jellemzőik és egy-egy konkrét játék példájával (lásd. 1. ábra: Az online játékok típusai Nagygyörgy és munkatársai (2012) nyomán és 1. táblázat: A fő játékműfajok jellemzői).

1. táblázat: A fő játékműfajok jellemzői

Rövidítés	Műfaj	Jellemzők	Műfaji példák
M/MORPG	M/MOFPS: Sokszereplős online belső nézetes lövöldözős játékok (Massively Multiplayer Online First-person Shooter)	A játékos egy általa választott karakter bőrébe bújva mozog a virtuális világban, ahol az adott karakter őt reprezentálja. A játékos saját szakmákat, képességeket sajátíthat el, miközben egyedül vagy csapatban vehet részt küldetések teljesítésében. Erősebben történet alapú, ugyanakkor a játékon belüli teljesítmény (szint) és megszerzett tárgyak befolyásolhatják az adott játékos státuszát, versengést eredményezve a játékosok között.	World of Warcraft, Guild Wars 2.

M/MOFPS

Sokszereplős online belső nézetes lövöldözős játékok (Massively Multiplayer Online First-person Shooter)

Lövöldözős játékok elsődlegesen a játékosok ügyességét, reakcióidejét, megfelelő szem-kéz koordinációját és figyelmét igénylik. A játékokban jellemzően kisebb csapatokban (3-6 fő) egy meccsenként újra generálódó térképen versengenek egymással a játékosok. A belső nézet abból áll, hogy a játékos a karaktere szemszögéből látja az eseményeket, legtöbbször csupán a karakter keze és fegyvere látható.

Call of Duty: Modern Warfare,
Counter Strike: Global Offensive

M/MORTS

Sokszereplős online stratégiai játékok (Massively Multiplayer Online Real Time Strategy Games)

A valós idejű stratégiai játékokban egy-egy játékos vagy csapatok irányítanak a játékon belül egységeket, amelyekkel a másik területét foglalhatják el, védhetik meg saját területüket,

Starcraft II,
Age of Empires

halmozhatnak fel forrásokat a sikeres teljesítés érdekében. Komoly stratégiai érzéket, mikro-makroszintű gondolkodást és reakcióidőt igénylő játékok.

-	Egyéb online játékok	Gyűjtőfogalom mindazon játékokra, melyek a korábbi három kategóriába nem sorolhatóak. Sokrétűségük miatt nehezen megfogható csoport, beletartoznak a szimulátorok (élet vagy jármű), a sport és a versenyző játékok (pl. autó), ritmusjátékok, stb.	FIFA20, Forza Horizon 4
---	----------------------	---	----------------------------

Megjegyzés: összefoglaló Ghuman és Griffiths (2012) és Nagygyörgy és munkatársai (2012) munkássága alapján

A fent bemutatott műfaji kategorizáció elméleti szinten megkönnyíti az egyes műfajok csoportosítását. Egyrészt a gyakorlatban több olyan videojáték-műfajról beszélhetünk, melyek ötvözetei a fent bemutatott kategóriákat. Másrészt ezen kategorizáció a 2010-es évek elején készült és azóta több olyan új, játékipart rövidebb vagy hosszabb ideig is uraló műfajok születtek, melyek nem sorolhatóak be önállóan egy-egy fent bemutatott műfaji kategóriába. Ilyen új játékműfajok a MOBA és a Battle Royale.

A MOBA (Multiplayer Online Battle Arena) játékműfajt magyarul leginkább Többszereplős Internetes Csata Aréna névvel lehetne körülírni, melyben online játékosok egy-egy csapata (5 - 5 fő) küzd meg egy térképen az általuk választott egyedi karakterekkel (ezek külön szerepekkel, egyedi képességekkel rendelkeznek), hogy a másik fél bázisát elfoglalják. A MOBA műfaj a 2000-es évek elején kezdte bontogatni szárnyait (2003-ban a Warcraft III stratégiai játék egy oldalagaként megszülető játék, a DoTA létrejöttével) és mára már az egyik legnépszerűbb játékműfajjává vált. A műfajon belül is a legnagyobb népszerűségnek a League of Legends (LoL) örvend jelenleg megközelítőleg 103 millió aktív játékosával (LoL Epic Shop, 2020).

A Battle Royale műfaja még fiatalabb, de a MOBA-hoz hasonlóan több létező játékműfajból alakult ki a 2010-es évek elejétől (elődei például a Minecraft és a ARMA2). A játék célja, hogy számos online játékos közül egy adott területen egy adott játékos, vagy csapat (utolsó embere) maradjon talpon a mérkőzés végéig, miközben a játék harctere egyre szűkül. Így a játék taktikai gondolkodást, jó szem-kéz koordinációt igényel. Ezen műfaj többnyire lövöldözős játékmechanikákkal operál (belső vagy külsőnézetes verzióban is). Jelenleg a legnépszerűbb képviselője a Fortnite 350 millió regisztrált játékosal világszerte (Statista, 2020).

Az alábbi ábrával szemléltetni szeretném, hogy milyen számosságú a videojátékok műfaji kategorizálhatósága (lásd, 2. ábra: *Videojáték-műfajok*). Ennek fényében különösen nagy jelentőségű, hogy a videojátékokkal kapcsolatos kutatások figyelmet fordítsanak az egyes műfajok sajátosságaira, jellemzőire (Bányai & Fülöp, 2015).

2. ábra: Videojáték-műfajok



Forrás: <http://mediahsba.blogspot.com/2012/09/video-game-genres.html>

2.4. A videojátékok melletti elköteleződés elemei

Jelen alfejezetben azokat a háttértényezőket szeretném bemutatni, melyek a játékhasználat melletti nagyobb elköteleződést erősíthetik mind egyéni, mind játékmechanikák oldaláról.

2.4.1. Játékelemek

A videojátékokba (műfajuktól függetlenül) több olyan elköteleződést erősítő mechanizmust építenek a fejlesztők, melyek fenntartják a játékosok érdeklődését az adott játék iránt. Az alábbi strukturális elemek a legtöbb videojátékban jelen vannak, de műfajtól függhet, hogy mennyire hangsúlyosan jelennek meg (King, Delfabbro, & Griffiths, 2010b; Wood, Griffiths, Chappell, & Davies, 2004):

1. *Társas / Szociális jellemzők*: ez alatt a játékok szocializációs karakterisztikáját érthetjük. Elsősorban online / multiplayer játékokban lehetősége van az egyénnek, hogy kommunikáljon és interakcióba lépjen más játékosokkal. A játékosok számára motiváló lehet, ha a játék lehetőséget ad számukra például a társas kapcsolatok kialakítására és fenntartására, csapatmunkára vagy versengésre.
2. *Kontroll*: a játékos számára meghatározó jelentőséggel bírhat, hogy aktív cselekvőként az adott virtuális világban befolyásolhatja, irányíthatja az események alakulását (döntések meghozásával, küldetések teljesítésével) vagy eldöntheti kivel és hogyan kíván interakcióba lépni.
3. *Narratíva és az identitás megélése*: az adott videojáték lehetőséget ad szerepek, identitások kipróbálására, melyre a valóságban az egyénnek nincs lehetősége (pl. szuperképességek, repülés, stb.). Segíthet a való életbeli stressz levezetésében. Vagy a valósághoz hasonló élethelyzet virtuális megélése segíthet a játékosnak megküzdenni az adott problémával (pl., gyászfeldolgozás a Firewatch című játékban).
4. *Jutalmazó és büntető rendszerek*: a játékokra jellemző az azonnali és a késleltetett visszacsatolás, ha a játékos megfelelő vagy nem megfelelő módon teljesít egy feladatot. Az azonnali jutalmak rendszerint kisebb volumenűek, úgy, mint a tapasztalati pontok (experience points; XP) vagy különböző kisebb tárgyak megszerzése. Jutalmazás esetén a játék az operáns kondicionálást (annak is általában a részleges, változó időközönként történő változatát) is alkalmazhatja, vagyis a játékos megtanulja, hogy jó teljesítmény esetén jutalomban részesül. A jutalom biztos

a számára, de a jutalom tárgya és időpontja bizonytalan. Ezen mechanizmusra építenek az úgynevezett lootboxok is. Ezek olyan ajándékládák, amelyek zsákbamacska-szerűen megszerezhető jutalmakat tartalmaznak, vagyis a játékos nem feltétlenül azt kapja, amit várt, de megvan rá az esélye (pl., Overwatch, CS:GO játékokban). Büntetés esetén a játékos azonnal visszajelzést kap a rossz teljesítményéről (pl. a Dark Souls-szériában megjelenő 'You died' felirat, amikor a játékos karaktere meghal; rongálódik a karakter felszerelése, pontot veszít). A játék gyors visszajelzéseinek köszönhetően a játékos azonban hamar tud korrigálni, hiszen a játékok döntő többségében azonnal, vagy rövidebb késleltetéssel megvan az újrapróbálkozás lehetősége is.

5. *Megjelenés*: önmagában a játék megjelenése, felépítése is a nagyobb elköteleződést segítheti, tekintve, hogy a játékokat ma már művészeti alkotásként is felfoghatjuk. A játék immerzív élményt nyújthat a játékosnak a grafikájával, zenéjével és hangjával, a történetével és a játékmechanikákkal (pl., irányítás, fejlődési lehetőség, visszajelző rendszer). A játék megjelenése és a hozzá tartozó elemek együtt olyan esztétikai erővel bírnak, amely erősíthetik az elkötelezett játékhasználatot.

A fent bemutatott játékelemek (King és mtsai, 2010b; Wood és mtsai, 2004) mellett McGonigal (2011) is meghatároz négy, a videojátékokra esszenciálisan jellemzőt, melyek műfajtól függetlenül növelhetik a játék melletti nagyobb elköteleződést. Ezen játékelemek ugyanúgy műfajtól függetlenül hathatnak a játékosok motiváltságára:

1. *A cél* minden videojátékban az a meghatározó tényező, amelyet a játékos vágyik és elérni kíván a játéktevékenység során. Céltudatossá teheti a játékost és motiválhatja, hogy minél több küldetést, feladatot teljesítsen a végeredmény elérése érdekében.
2. *A szabályok* meghatározzák, hogyan mozog a játékos virtuális világban. A szabályok ismerete segíthet abban, hogy a játékos tudja, hogyan érje el a kívánt célt. Emellett elősegítik a stratégiai és kreatív gondolkodás és problémamegoldás kivitelezését a játék során.
3. *A visszajelző-rendszer* (melyről korábban is szó volt), mint fontos játékelem, McGonigal (2011) szerint is segíti a játékos motiváltságának, céltudatosságának fenntartását, tudatosítja a sikerhez vezető út lépéseit, pozitív megerősítést adhat arra,

hogy a játékos minél több energiát és időt fordítson az adott tevékenységre. Elsősorban a pozitív visszajelzések (pl. tapasztalati pontok, játékon belüli értéktárgyak, a rendszer és a játékostársak visszajelzése) erősíthetnek rá az elköteleződésre.

4. Az *önkéntes részvétel* minden videojáték sajátossága, lévén a játékos szabad akaratából, személyes döntése alapján lép be a játék virtuális környezetébe. Az önkéntes részvétel magában foglalja a játékos tudását annak szabályairól, végcéljairól, visszajelző rendszeréről, a benne mozgó más játékosokról (akikkel interakcióba léphet, ha online játékról beszélünk), amelynek a játékhasználó tudatában van és ez önmagában jutalmazó erejű a számára.

2.4.2. Motivációs elméletek

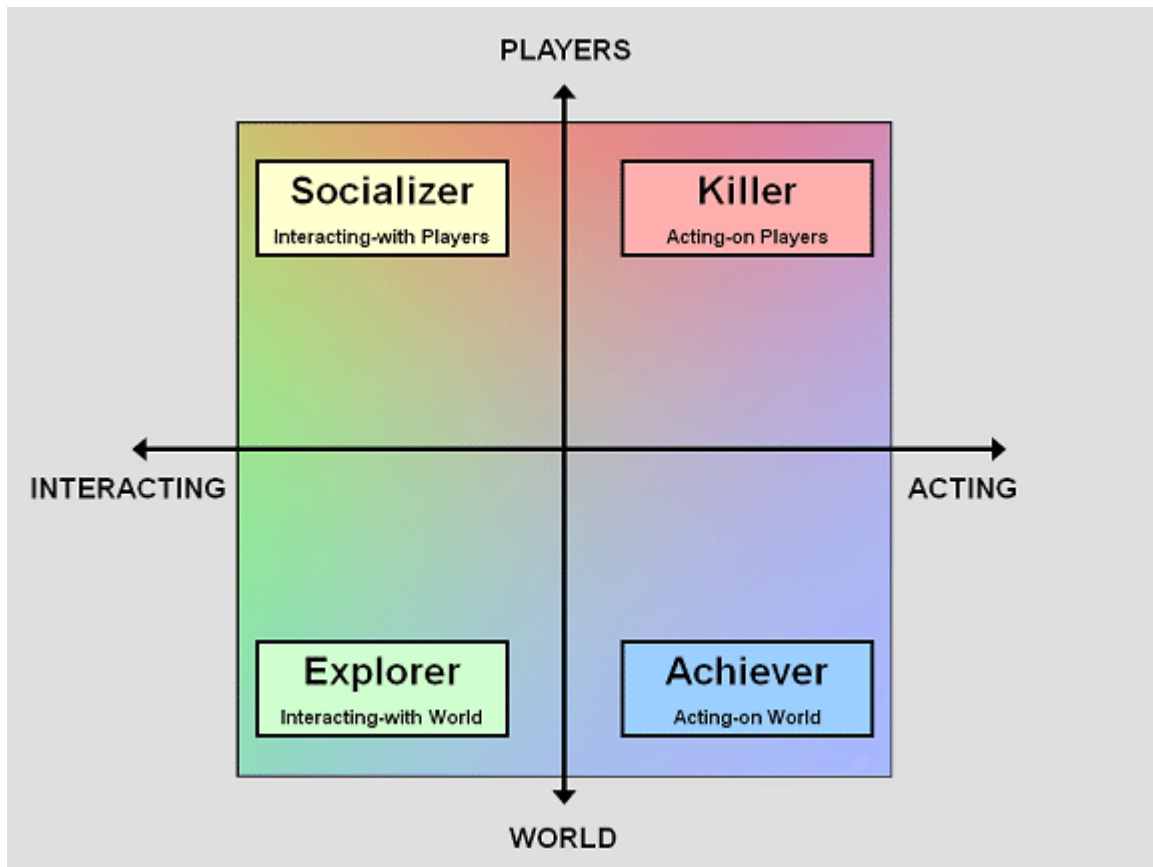
A videojáték-használatot nem pusztán az befolyásolja és segíti elő, hogy milyen design elemeket tartalmaz az adott játék. A játékosok egyéni motivációi is komoly befolyással bírnak a játéktevékenységükre.

Az első, videojátékosokkal kapcsolatos tipológia Bartle (1996) nevéhez köthető, aki a korábban bemutatott, online játékok elődjeként számon tartott MUD játékosokat tipizálta. Kvalitatív kutatásában két dimenzió mentén különítette el a játékosok típusait: (1) világ vagy játékos orientáltság és (2) cselekvés vagy interakció. Ez alapján négy játékos típust különített el egymástól (lásd., 3. ábra: *Bartle-féle játékos tipológia*):

1. *Teljesítő* (achiever) játékosok: az eredményre törekszenek, a világban cselekszenek, címek, titulusok, értéktárgyak felhalmozása fontos számukra.
2. *Felfedező* (explorer) játékosok: a világgal lépnek interakcióba, számukra a játék virtuális környezetének jobb megismerése, felfedezése, történetének megismerése a fő mozgatóerő.
3. *Gyilkos* (killer) típusú játékosok: az online térben más játékosokkal szemben aktívan, sokszor ellenségesen lépnek fel. Tehát a cselekvés/aktív tevékenység tárgya egy másik játékos. Az ilyen játékosok küldetésüknek tekintik, hogy mások játékmenetét megakasszák, inzultálják (akár verbálisan, akár fizikailag a másik karakterét megölve, a játékban megszerezhető tárgyakat ellopva tőlük, stb.).

4. *Társasági* (socializer) játékosok: a gyilkosok szöges ellenétéként a többi játékosal való interakció miatt játszanak, fő motivációjuk a kapcsolatok kialakítása, ápolása, mások segítése. A játék számukra egy eszköz vagy csatorna, melyen keresztül lehetőségük van baráti kapcsolatokat kialakítani.

3. ábra: Bartle-féle játékos tipológia²



Forrás:

https://www.gamasutra.com/view/feature/6474/personality_and_play_styles_a_.php?print=

1

² Jelmagyarázat: a vízszintes tengely két végpontja interakciót és cselekvést jelent, míg a függőleges tengely két végpontja azt jelöli, hogy az interakció vagy cselekvés iránya más játékos vagy a játék világa. A négy kategória megnevezése: Socializer – Társasági; Killer – Gyilkos; Explorer – Felfedező; Achiever - Teljesítő

Bartle (1996) tipológiáját számos kritika érte, mivel mivel a kategorizációja beskatulyázta a játékosokat. A modell szerint egy játékos csak egyféleképpen használhatja a videojátékokat, tehát csak tisztán teljesítő, felfedező, gyilkos vagy társasági játékos lehet. A mai napig nagy népszerűségnek örvend ez a tipológia, annak ellenére, hogy a kétezres évek elején maga Bartle is újragondolta a modellt a kritikák nyomán, és több alkategóriával bővítette a négy játékos „archetípust” (Bartle, 2004).

A tipológia a későbbi videojáték-motivációs kutatásokra is komoly hatással volt, köztük Yee (2006a, 2006b) munkásságára, aki Bartle egyik legnagyobb kritikusa is volt egyben. Yee (2006a, 2006b), a sokszereplős online szerepjátékokban térképezte fel a játékosok motivációit, így született meg az MMORPG (sokszereplős online szerepjáték) játékosok körében megfelelően használható három főkomponensből álló motivációs modellje, mely összesen tízféle, de egymást nem kizáró motivációt azonosít (lásd., 2. táblázat: *Yee motivációs modellje MMORPG játékosok körében*).

2. táblázat: Yee motivációs modellje MMORPG játékosok körében

Főkomponens	Motiváció	Definíció
Teljesítmény (Achievement)	Fejlődés (Advancement)	Az erő növelésének, fejlődésnek a vágya, életerő vagy vagyon felhalmozása.
	Mechanika (Mechanics)	A játék háttérében húzódo szabályok, rendszerek ismerete, hogy a játékos a karakterét minél megfelelőbbre kalibrálja a sikeres teljesítés érdekében.
	Versengés (Competition)	A kihívások iránti vágy, versengés másokkal.
Társas (Social)	Szocializáció (Socializing)	A másokon való segítség és a más játékosokkal való beszélgetés iránti érdeklődés.
	Kapcsolat (Relationship)	Vágy, hogy hosszú távú, jelentős barátságokat kössenek más játékosokkal.
	Csapatmunka (Teamwork)	A csapattagságból fakadó elégedettség.
Elmerülés (Immersion)	Felfedezés (Discovery)	Felfedezni vágyás és annak a tudásnak a birtokosává válás, amelyről a legtöbb játékos nem tud.
	Szerepjáték (Role-Playing)	A karakternek háttértörténetet kidolgozva más játékosokkal interakcióba lépni és egy történetet kidolgozni.
	Testreszabás (Customization)	A karakter megjelenésének, kinézetének testreszabása iránti érdeklődés.
	Menekülés (Escapism)	Az online környezet felhasználása arra, hogy a való életbeli problémákról elterelje a játékos figyelmét.

Yee (2006a, 2006b) motivációs modellje azonban nem általánosítható más játékműfajokra, viszont Bartle (1996) tipológiájához hasonlóan több újabb motivációs modell létrejöttét segítette. Többek között ennek kapcsán jött létre Przybylski, Rigby és Ryan (2010; 2006) öndeterminációs modellje PENS-modell néven (a Player Experience of Need Satisfaction rövidítéseként). Ezen modell azt mondja ki, hogy a játékosok a való életbeli alapvető szükségleteiket, mint az autonómia, a kompetencia és a kötődés a videojáték-használton keresztül meg tudják élni a játék önmagában jutalmazó, intuitíven elsajátítható működésének köszönhetően (mint például a game design elemek, lásd. a 2.4.1. *Game design elemek alfejezetet*). A PENS-modell előnye, hogy általános, játékműfajtól független motivációkat azonosít, viszont hátránya, hogy ezen motivációk nem videojáték specifikusan megélhetőek. Ehhez a modellhez kapcsolódik azonban Lafrenière, Verner-Filion, és Vallerand (2012) GAMS (Gaming Motivation Scale) kérdőíve, mely ugyancsak az öndeterminációs elméletre építve hat motivációt azonosít a videojáték-használat háttérében, melyek vagy külső (extrinzik) vagy belső (intrinzik) motivációk:

1. Intrinzik motiváció az, amely a tudást, az elismerést stimulálja. Belső motivációként a játéktevékenység élvezete önmagában jutalmazó, motiváló erejű, kielégítő és szórakoztató.
2. Az extrinzik motivációk négy szintjét különböztethetjük meg az alapján, hogy mennyire internalizálódott a játéktevékenység az én-koncepciójába, vált az identitás részévé:
 - a. Integrált szabályozás: általánosságban a játéktevékenység már a játékos életének és identitásának részévé vált.
 - b. Azonosulás: a játékos azért merül el a videojáték használatában, mert az valamilyen való életbeli céljához kapcsolódik.
 - c. Introjektált szabályozás: a játékos valamilyen negatív érzelem, hatás elkerülése miatt folytatja a játéktevékenységet, például: külső nyomás, jól érezze magát, ha nem játszik, akkor negatívan viszonyul önmagához.
 - d. Külső szabályozás: a játékos magatartást külső jutalmak befolyásolják. Azért játszik, mert valamilyen jutalmat kap érte.
3. Amotiváció: az egyén önmagától nem motivált a játékhasználatra, saját maga számára sem egyértelmű, miért folytatja.

Az általános, online játékokhoz fűződő játékmotivációk megragadására fejlesztették Demetrovics és munkatársai (2011) Online Játékok Motivációja Kérdőívet (MOGQ; Motivations of Online Gaming Questionnaire). A kérdőív műfajtól függetlenül, hét motiváció mentén ragadja meg a videojáték-használat hátterét (lásd., 3. táblázat: Az MOGQ játékmotivációs struktúrája és jellemzői):

3. táblázat: Az MOGQ játékmotivációs struktúrája és jellemzői

Motiváció	Definíció
Menekülés/eszképizmus	Menekülés a való világból, különösen a valós problémák elől.
Megküzdés/coping	A játéktevékenység a distresszel, az agresszióval való megküzdésben segít, javítva a hangulatot.
Fantázia	Lehetőség a játékban arra, hogy a saját identitásból kilépve új szerepeket, identitásokat próbálhat ki, melyekre a valóságban nem lenne lehetőség, viszont a fantáziavilág teret ad rá.
Készségfejlesztés	A játék segít a személy koordinációs, koncentrációs és egyéb képességeit fejleszteni.
Rekreáció	A játéktevékenység relaxál, kikapcsolódást jelent.
Versengés	A játékost a versengés motiválja, hogy legyőzzön másokat és átélje a teljesítés érzését.
Társas	A másokkal való megismerkedés, az együttlét és az együtt játszás öröme motivál.

Fuster és munkatársai (2014; 2012) a Szenvedély (Passion) Duális modellje (Vallerand és mtsai, 2003) és általános játékmotivációkat feltáró modellek (Demetrovics és mtsai, 2011; Yee, 2006a, 2006b) alapján vizsgálták azt, hogy az online videojátékok használatának hátterében milyen motivációk állnak. A szenvedély modell alapján megkülönböztethetünk harmonikus és obszesszív szenvedélyt. Fuster eredményei rámutattak arra, hogy a harmonikus szenvedéllyel rendelkező játékosok számára a tevékenység internalizálódik,

beépül életükbe, személyiségük részévé válik és olyan motivációkkal függ össze, mint a felfedezés vagy a szocializáció (Demetrovics és mtsai, 2011; Yee, 2006a, 2006b). Ezzel szemben az obszesszív szenvedély esetén a játékhasználat maga is kontrollálatlanná, sürgetővé válik az egyén számára, és a menekülés és (kényszeres) teljesítmény motivációkkal mutat erősebb együttjárást.

A játékmotivációs modellek bemutatásának végéhez közeledve érdemes kiemelni egy, a mai napig fejlődő és gyarapodó játékosbázison kifejlesztett játékmotivációs modellt, mely ugyancsak Yee és Ducheneaut kutatópáros nevéhez fűződik (Quantic Foundry, 2020). kezdeti motivációs tanulmányaiban kizárólag MMORPG (sokszereplős online szerepjáték) játékosokra koncentrált, ezzel szemben a Quantic Foundry nevű játékkutató cég műfajtól függetlenül, tizenkét motiváció mentén vizsgálja a játékosokat.

Ez a tizenkét motiváció párokat alkot és hat főkomponensbe sorolható, egyazon főkomponens két végpontjaként. A motivációk nem zárják ki egymást. Eloszlásuk alapján egyedi játékmotivációs profilokat lehet létrehozni (lásd., 4. táblázat: *A Quantic Foundry motivációs modellje*). Ezt a játékos profilt bárki elkészítheti magáról a Quantic Foundry weboldalán, ahol jelenleg a motivációs modell több mint 400.000 kitöltő adatai alapján kellő pontossággal ad visszajelzést az egyéni motivációs mintázatainkról, sőt ajánl a játékos profilunknak megfelelően további játékokat, játékműfajokat (Quantic Foundry, 2020).

4. táblázat: A Quantic Foundry motivációs modellje

Főkomponens	Motiváció	Hozzá kapcsolódó jellemző játékelemek
Akcio	Pusztítás	Fegyverek, robbanások, káosz
	Izgalom	Gyors ütemű, akció, meglepetés, arousal
Társas	Versengés	Mérkőzések, párbaj, rangsor
	Közösség	Csapatjáték, beszélgetés, interakció
Profizmus	Kihívás	Gyakorlás, nehéz fokozat, kihívás
	Stratégia	Döntéshozás, előre tervezés
Teljesítmény	Gyűjtögetés	Az összes tárgy összegyűjtése, minden küldetés teljesítése, gyűjtemény
	Erő	Legerősebb karakter, legerősebb felszerelés
Belemerülés	Fantázia	Valaki mássá válni, valahol máshol lenni
	Történet	Érdekes karakterek, kidolgozott történet
Kreativitás	Design	Szemelyre szabás, önkifejezés
	Felfedezés	A világ felfedezése, alkotás, kísérletezés

2.5. A professzionális videojáték-használat – E-sport

Ahogy a korábbiakban bemutatott motivációs vagy modellek revíziója során is láthattuk, számos motiváció állhat a videojáték-használat háttérében. Olyan motivációk ismeretében, mint a társas kapcsolatok megélése, a rekreáció vagy a feszültség levezetése láthatjuk, hogy a játéktevékenység akár életcélok, alapvető szükségletek kielégítésében is segíthet (pl. a szenvedély duális elmélete vagy az öndeterminációs elmélet szerint). Utóbbi motivációs modellek felhívhatják a figyelmet arra, hogy egy-egy videojáték használata a játékos számára sokkal többet is jelenthet, mint szórakozás vagy rekreációs tevékenység, mivel a játékhasználat beépülhet az énképébe és pozitív hozadéka lehet a mindennapi életére nézve.

Emiatt is érdekes, hogy ezen motivációs modellek nem feltétlenül tudták vizsgálni azt, hogy a videojátékok nem pusztán szórakozásként használhatóak, hanem professzionális szinten munkaként vagy sportként is. Az e-sport / versenyszerű videojáték-használat csak a 2000-es évektől kezdte népszerűségét növelni. Disszertációm egyik kiemelt célkitűzése, hogy a videojáték-használatra több aspektusból is tekintsünk, hiszen egyre nagyobb népszerűségnek örvend a játékok versenyszerű használata, azaz az e-sport. A tudomány eddig kevésbé foglalkozott a jelenséggel, ugyanakkor az e-sport közössége egyre növekszik, és ma már laikusok számára sem elhanyagolható tevékenység. De mi is az az e-sport? És miért lehet érdemes bevonni a videojáték-használat tudományos diskurzusába?

2.5.1. Az e-sport múltja

Maga az e-sport megnevezés, vagyis a versenyszerű videojáték-használat „hivatalos megnevezése” a 90-es évek végére datálható. A kifejezésből adódóan számos elméleti tanulmány hasonlítja össze a hagyományos sport tevékenységekkel. Ennek az összehasonlításnak köszönhetően az e-sport értelmezhető a hagyományos sportok alternatívájaként vagy éppen versenytársaként is (Hewitt, 2014).

1972 október 19-re datálható az első hivatalosan megrendezett e-sport verseny, melyet a Stanford Egyetemen rendeztek meg és a versenyzők az 1962-ben megjelent Spacewar nevű videojátékkal versenyeztek egymással. A következő nagy mérföldkő az Atari által rendezett Space Invader Championship volt, ahol az eseményen több mint 10000 játékos vett részt, ezzel felkeltve a nagyobb nyilvánosság figyelmét.

Az igazi áttörés kezdete az 1999-2000 évek fordulóján történt, amikor olyan játékok jelentek meg és váltak a versenyzés színterévé, mint a Quake (lövöldözős játék, 1996-os megjelenéssel) és a Counter-Strike (lövöldözős játék, 1999-es megjelenéssel) és a StarCraft: Broodwar (stratégiai játék, 1998-as megjelenéssel). Eközben 1997-ben maga az e-sport is elkezdett intézményesülni. Ekkor született meg az első félprofi e-sport liga „Cyberathlete Professional League” néven: üzleti modelljével a hagyományos amerikai sportszövetségek bajnokság-rendszerét követte és 15000\$ összdíjazással jutalmazta a versenyeit megnyerő játékosokat (Wagner, 2006).

Az e-sport a 2000-es években kezdett igazán népszerűvé válni, és mára már robbanásszerűen növekszik mind a közössége, mind pedig a versenyek száma és díjazása. A 2000-es évek elején születtek meg az első és a mai napig is meghatározó profi e-sport csapatok, mint a Fnatic, Team Dignitas, SK Telecom. Ezen kívül bajnokság franchise-ok is létrejöttek, mint az Electronic Sports League (ESL) vagy a Dreamhack. Ahogy egyre nagyobb népszerűsége telt szert az e-sport, úgy egyre több támogatót is szerzett. Több nagyvállalat/márka is megjelent az események/csatatok szponzoraként (pl. T-Mobile, Audi, Red Bull, Intel, Coca-Cola). Ebben az időszakban indult meg az e-sport közösségek terjedése Ázsiában és a nyugati országokban is (Taylor, 2012; Wagner, 2006).

Ennek köszönhetően a 2010-es évektől beszélhetünk igazán nagy áttörésről, amikor megszületett az első „e-sport játékműfaj”, a MOBA, mely mai napig az egyik legnépszerűbb is a műfajok között. Mái meghatározó képviselői a műfajnak a League of Legends (2009) és a DoTA2 (2013). Emellett a StarCraft II (2010) stratégiai, és a Counter-Strike: Global Offensive (2012) lövöldözős játék (a műfajok részletes bemutatását lásd., a 2.3. *A videojátékok kategorizálása, műfajai* alfejezetben) is meghatározó szereplői az e-sport játékoknak.

2.5.2. Az e-sport jelene és jövője

A kulturális különbségekből és az egyes országok videojátékokhoz fűződő attitűdjéből kifolyólag a mai napig Dél-Korea az uralkodó e-sport nagyhatalom, köszönhetően az ázsiai országokra jellemző internethasználati szokásoknak (internetkávézó-kultúra) és a széleskörű videojáték-használatnak. Míg a nyugati országokban a mai napig kérdéses a profi e-sportolók elfogadása, addig a koreai e-sportolókat olyan szintű tisztelet övezi, mint a hagyományos

sportok legnevesebb képviselőit (Wagner, 2006). Ugyanakkor manapság már a nyugati országokban is pozitívabb a megítélése már a versenyzőknek és magának az e-sportnak is. Nem véletlen, hogy ma már több amerikai egyetemre lehet sport ösztöndíjat nyerni e-sport terén elért eredményekkel is (Hallmann & Giel, 2018).

Egy 2017-es piackutatási elemzés alapján (Newzoo, 2017) az e-sporthoz kapcsolódó gazdaság 41,3%-kal nőtt 2017-ben. 2020-ra úgy becsülték, hogy az e-sportba befektető nagy cégek és népszerű márkák (pl. Coca Cola, Mercedes-Benz, Adidas) kétszeresére nőnek. 2020 végére úgy becsülte a Newzoo, hogy a globális e-sportot befogadó közönség 385 millióra nőhet, akiknek 45%-a játszik is e-sport típusú játékokkal, 23% e-sport streameket³ és közvetítéseket néz, és 32%-uk játszik, és e-sporthoz kapcsolódó tartalmakat is néz az e-sporthoz kapcsolódó tartalmakat (Newzoo, 2017, 2019).

Az e-sportolók demográfiájával kapcsolatban több hazai piackutatás is készült, ugyancsak az eNET jóvoltából (eNet, 2017, 2019; Pintér, 2018). A magyar játékosközösség és a teljes lakosságot reprezentáló magyar adatok alapján látható, hogy amíg 2016-ban csak a lakosság egyötöde, addig 2017-re már az egyharmada hallott az e-sportról (18-65 év közöttiek körében reprezentatívan vizsgálva). Az eNET felmérés becslése szerint nagyjából 425.000 olyan hardcore (vagyis nagyon dedikált, elkötelezett) videójáték-használóról beszélhetünk, akik játszanak e-sport játékokkal vagy versenyeznek is bennük (ez nem feltétlenül jelenti azt, hogy mindenki versenyző, de legalább használják az e-sport játékokat). A hardcore játékosok nagyjából 92%-a férfi, és 11%-uk az, aki ténylegesen versenyekre jár (akár online, akár offline bajnokságokra). További 41%-uk tervez versenyeken indulni a későbbiek során (eNet, 2019). Az e-sportolók esetében is látható, hogy „tipikusan” férfiak, diák/hallgatói státuszban vannak, 18-24 év közöttiek és átlagosan napi 3-5 órát játszanak (eNet, 2017).

Emellett egyre népszerűbbé válik, hogy a játékosok az e-sportra mint karrierlehetőségre tekintenek. A magyar e-sportolók demográfiai vizsgálatából is az látható, hogy elsősorban a serdülő és a fiatal felnőttek (a 24 éves kor alattiak) tekintenek az e-sportra mint lehetséges karrierútra (eNet, 2017).

³ A játékosok saját játékmenetüket (amit és ahogyan játszanak) az erre a célra szolgáló weboldalakon (pl., Twitch, YouTube, Facebook Gaming) tudják online élőben közvetíteni és amelyet bárki, aki az adott felületet használ, tudja nézni, csevegő üzeneteket küldeni, pénzbeli támogatásokkal jutalmazni a közvetítőt / streamert (pl., feliratkozás havi meghatározott összegért, egyszeri összeg adományozása).

A felhasználói statisztikák alapján elmondható, hogy az e-sport egyre dominánsabbá válik a videojáték-használton belül. Rengeteg fiatalat vonz, nem pusztán motivációik megélése miatt (mint a versengés, a kihívás és a kompetencia), hanem komoly karrierlehetőséget is kínálhat a tehetséges és kitartó játékosok számára. Ugyanakkor a tudományos érdeklődés egyelőre csekély. Viszont érdemes lehet több szempontból is vizsgálni a jelenséget:

- Miért kezd el egy játékos e-sportolni (rendszeresen versenyekre járni és karriert kiépíteni)?
- Mennyiben tér el egy e-sportoló játékhasználatától és az annak háttérben álló pszichológiai faktorok egy rekreációs játékosétól?
- Megkülönböztethető-e egy e-sportoló egy rekreációs játékosétól? Milyen hatása van az e-sportnak az egészséges vagy akár a problémás játékhasználatra nézve?

A disszertációmban bemutatott vizsgálatokban ezen kérdések mentén fogalmaztam meg célkitűzéseket. Az első tanulmány a jelenleg elérhető pszichológiai vonatkozású kutatásokat mutatja be részletesen (*4. fejezet: Az E-sport pszichológiája: Szisztematikus szakirodalmi összefoglaló*). A videojátékokkal kapcsolatos eddigi kutatások a tevékenység negatív hatásainak vizsgálatával foglalkoztak, ennél fogva az e-sport jelenségével kapcsolatban is számos kritika fogalmazódik meg.

Chung, Sum, Chan, Lai, és Cheng (2019) tanulmányában például több, a túlzott mértékű játékhasználat és a játékhasználati-zavar fizikai és/vagy pszichoszociális negatív következményeivel von párhuzamot e-sportolók esetén, mint például a túlzott mennyiségű játékidő, a mozgásszegény életmód, az e-sportolói karrier miatt a középiskolai/egyetemi tanulmányok abbahagyása, az agresszió/irritabilitás, a nem megfelelő teljesítmény (iskolai vagy munkakörnyezetben), vagy a szociális háló elhanyagolása. A kutatók azzal a feltételezéssel élnek, hogy az e-sportolók, játékhasználatuk – hasonlóan a túlzott mértékű videojáték-használókhoz –, az egészségükre nézve negatív hatású és nagyobb esélyük lehet a problémás játékhasználat vagy a játékhasználati-zavar kialakulására (Chung és mtsai, 2019).

A feltételezést/predikciót azonban egyelőre tudományos kutatások nem támasztják alá, tekintve, hogy nagyon kevés konkrét ismeretünk van az e-sportolók pszichológiai háttéréről. A játékhasználati szokásaikról elsősorban nagy, általános piackutatási statisztikákból

vonhatunk csak le következtetéseket. Ugyanakkor a professzionális játéktevékenység patologizálása (Billieux, Schimmenti, Khazaal, Maurage, & Heeren, 2015) befolyásolhatja az e-sport társadalmi szintű elfogadottságát és az országos, nemzetközi szintű sportszervezetek és szövetségek véleményét az e-sporttal kapcsolatban (Hallmann & Giel, 2018; Hewitt, 2014; Witkowski, 2009).

Disszertációmban ezért az e-sport jelenlegi pszichológiai kutatásainak összefoglalása mellett magyar e-sportolók és hobbijátékosok körében végzett vizsgálatokat mutatok be, melyek segíthetnek a tudományos közeg számára a különböző játékhasználati típusok jobb megértésében, akár a motivációk, akár a problémás játékhasználat tekintetében.

2.6. A problémás játékhasználat és játékhasználati-zavar

Az előző fejezetek áttekintették, hogy mi jellemzi a rekreációs és a professzionális videojáték-használatot. Fontos bemutatni azt is, hogy mi történik akkor, ha a játékos számára a videojáték már nem feszültséglevezető, pozitív hatású szabadidős tevékenység vagy éppen hivatás, hanem negatívan hat életének fontos területeire és gátolja az egyén mindennapi egészséges működését.

Ahogy a korábbi fejezetben utaltam rá, az egyik uralkodó téma a videojátékok kutatásában a játékfüggőség kérdésköre. Az alábbi fejezetben a kezdeti elméleti megközelítéseket követően a jelenlegi tudományos és diagnosztikus kritériumrendszereket mutatom be, majd a problémás játékhasználatához és játékhasználati-zavarhoz kapcsolódó komorbid tüneteket, vizsgálati és kezelési módokat.

A következő alfejezetekben a játékhasználati-zavar (Gaming Disorder, GD) megnevezést fogom használni, mely a legfrissebb és tudományos körökben leginkább elfogadott megnevezése a videojáték-függőség jelenségének (World Health Organization, 2019).

2.6.1. A játékhasználati-zavar kezdeti megközelítései

Nagyjából a 2000-es évekhez közeledve kezdett el a tudományos érdeklődés a játékok problémás használatára fókuszálni, sokszor más online tevékenységgel, például az internet-használattal meglehetősen általánosítva, vagy meglehetősen általánosítva a jelenséget, amely folytán a játékhasználat sajátosságai elvesznek.

A játékhasználati-zavar egyik első modellje Kimberly Young (1998, 1999, 2009) munkásságához köthető, aki az internet alapú tevékenységek problémás használatával foglalkozva, a problémás játékhasználatot a problémás internet-használat egy válfajának tekintette. Ennek fényében az akkor elérhető DSM-IV patológiás szerencsejáték kritériumrendszerére támaszkodva létrehozta saját kritériumait, melyek megléte esetén az adott személyt internet-függőnek vagy videojáték-függőnek lehet tekinteni. A kritériumok között szerepelt például a játékos kontrollvesztése a használat felett, az, hogy képtelen csökkenteni a játék mennyiségét, egyre jobban elmerül a játékban, amelynek folyamányaként problémák generálódnak a szociális életében. Mindenesetre Young (1998, 1999, 2009) megközelítése, vagyis az, hogy a videojáték-használat az internet-használat egy variánsa fontos szempontot vet fel, mégpedig azt, hogy a különböző internet alapú tevékenységeket mennyire kell megkülönböztetnünk egymástól? Szükségesek-e külön diagnosztikai kritériumok az online pornó, a közösségi média, a videojátékok és az internet-használat számára? A későbbi játékhasználati-zavarral kapcsolatos kutatások azt igazolhatják, hogy szükség van a megkülönböztetésre az egyes online tevékenységek és problémás használatuk között, hogy az egyedi motivációs, viselkedési és pszichológiai háttérmechanizmusait mélyebben megértsük, és így célzottabb terápiás módszerekkel segíthessük elő a pozitív irányú változást.

A korai modellek között érdemes kiemelni Mark Griffiths (2005a, 2005b) hat komponensű bio-pszicho-szociális modelljét, mely lényegében egy általános keretet biztosít az egymástól eltérő viselkedési addikciók diagnosztizálásához. Griffiths komponens modelljének használatát több, internetes tevékenység vizsgálatában is használták, úgy mint általános internethasználat (Griffiths, 2005a; Kuss & Griffiths, 2012; Kuss, Shorter, van Rooij, Griffiths, & Schoenmakers, 2014), közösségi média-függőség (Andreassen és mtsai, 2016; Andreassen, Pallesen, & Griffiths, 2017; Andreassen, Torsheim, Brunborg, & Pallesen, 2012; Bányai és mtsai, 2017) vagy éppen a játékhasználati-zavar mérésére (Griffiths, 2005a, 2005b, 2010a, 2010b). A hat univerzális kritérium a következő a videojátékok esetén:

1. *Szaliencia*: a videojáték válik a legfontosabb tevékenységgé a játékos életében, gondolati és viselkedési szinten egyaránt.

2. *Hangulatszabályozás*: a videojáték-használat megküzdési stratégiaként jelenik meg, a játékos eltávolodik a valóságtól, a játékba menekül való életbeli problémái elől, mert a virtuális világban pozitív élmények várják, amelyek révén javul a hangulata a játékidő alatt.
3. *Tolerancia*: a játékosnak egyre több időt kell eltöltenie a játékkal, hogy a pozitív hangulatot elérje.
4. *Megvonási tünetek*: a játék abbahagyásának vagy a játékidő csökkentésének következményeként megjelenő kellemetlen testi és lelki tünetek (pl. feszültség, ingerlékenység, szomorúság, negatív hangulat és gondolatok).
5. *Konfliktus*: feszültség inter- és intraperszonális szinten a túlzott mértékű játékhasználat miatt (pl. veszekedés a közvetlen környezettel, szociális kapcsolatok elhanyagolása).
6. *Relapszus*: visszaesés, a játékhasználatához való visszatérés a leszokási kísérlet megghiúsulása után.

A hat univerzális kritérium segítségével ugyan megragadhatóak a viselkedési addikciók általános vonásai, de pont generalizáltsága miatt egy-egy adott zavar, mint például a játékhasználati-zavar esetében nehezen alkalmazható. A hat komponenses modellt túláltalánosító volta mellett a játékhasználati-zavarral kapcsolatban további kritikaként az is megfogalmazódott, hogy egyrészt a modell alkotója a videojátékokat a szerencsejátékok egy fajtájaként kívánta kategorizálni (Griffiths, 2005a, 2005b, 2010a, 2010b), másrészt Charlton és Danforth (2007, 2010) felhívták a figyelmet arra, hogy a tolerancia, a hangulatszabályozás és a szaliencia kritériumok a leírt formában nem megbízható indikátorai a patológiás használatnak, mivel ezek a kritériumok az elkötelezett játékosokra is jellemzőek, míg a további három kritérium (a megvonási tünetek, a konfliktus és a relapszus) viszont a tényleges problémákra, a függőség állapotára utalnak. Így a kritériumok felével hamis pozitív eseteket lehet nagy számban detektálni.

Demetrovics és munkatársai (2012) már integratív megközelítésből vizsgálták a problémás játékhasználatot. Elméletük szerint mind az eszköz (videojáték) és mind a csatorna (online környezet) fontos szerepet tölt be a problémás játékhasználat kialakulásában. A problémás használat elnevezés is fontos szerepet kapott. Az elméleti

modell alapján egy mérőeszközt is kifejlesztettek Problémás Online Játék Kérdőív (Problematic Online Gaming Questionnaire; POGQ) néven (Demetrovics és mtsai, 2012), mellyel klinikai diagnózis ugyan nem állítható fel, de kiszűrhető, hogy a játékhaználata problémás és figyelmet érdemel. A problémás játékhaználát POGQ által mért hat dimenzióját az alábbi, 5. táblázat: *A problémás játékhaználát dimenziói* foglalja össze.

5. táblázat: A problémás játékhasználat dimenziói

Dimenzió	Definíció
Obszesszió	Gondolati elfoglaltság az online játékhasználatra vonatkozóan, álmodozás a játékról.
Túlhasználat	Túlhasználatra utaló jelek megjelenése az online játék esetén, mint a problémák, a megnövekedett játékidő, a kontroll elvesztése.
Belefeledkezés	Túlzott foglalatosság, belefeledkezés a játékba, az idő dimenzió fellazulása.
Társas izoláció	Az egyén a személyes és a társas együttlét és tevékenység helyett a játékot részesíti előnyben.
Interperszonális konfliktus	A társas környezet jelzései az online játékok túlzott mértékű használatára vonatkozóan, és az ezzel kapcsolatos interperszonális feszültség.
Megvonás	Azon tünetekre utal, amiket a személy akkor tapasztal, amikor nem játszhat, vagy nem játszhat annyit, amennyit szeretne, pl. feszültség, nyugtalanság, ingerlékenység.

2.6.2. DSM-5 és BNO-11

A játékhasználati-zavart a kezdetektől leginkább viselkedési addikcióként értelmezte a szakma (Demetrovics & Kun, 2010). Viselkedési addikció alatt azt a zavart értjük, amely esetében a függőséget nem valamilyen pszichoaktív szer, hanem valamilyen viselkedés idézi elő. Az adott viselkedés alapvetően nem problémás (mint mondjuk a videojáték használat, vásárlás vagy munka), viszont amikor elkezd uralni az egyén életét, károsítja környezete és önmaga testi-lelki állapotát és minden mást kiszorít a játékos életéből, akkor már viselkedési addikcióról beszélhetünk. Ekkor a tevékenység normális mértéke már nem jelent örömet az egyénnek, nem okoz kielégülést a számára (Demetrovics és mtsai, 2012). Bár a játékhasználati-zavar viselkedési addikcióként való kezelése szintén a mai napig vitatott, jelenleg ez a legelfogadottabb értelmezési keret.

A szakmai konszenzus megteremtésére először a Mentális Betegségek Diagnosztikus és Statisztikai Kézikönyvének 2013-ban megjelenő, ötödik kiadása (DSM-5; American

Psychiatric Association, 2013) révén nyílt lehetőség, melyben a játékhasználati-zavar egy ajánlott diagnosztikus modellje helyet kapott internetesjáték-használati zavar (Internet Gaming Disorder; IGD) megnevezéssel a „További kutatást igénylő mérőeszközök és modellek” függelékben. Az internetesjáték-használati zavar DSM-5-be való bekerülése komoly előrelépést jelentett a jelenség jobb megértésében.

Definíciója szerint az internetesjáték-használati zavar olyan tartósan fennálló, vagy periodikusan visszatérő játéktevékenység, amely a személy életében az elmúlt 12 hónapon belül klinikailag is jelentős egészségkárosodást vagy distresszt eredményezett és amelyre a DSM-5-ben szereplő kilenc kritérium közül legalább öt fennáll. Ezen kritériumok a következők:

1. Gondolati és viselkedéses elfoglaltság, mely során a játék az egyén domináns tevékenységévé válik és uralja gondolatait, cselekedeteit. Ha teheti, játszik, ha nem játszhat, akkor a játékra gondol.
2. Megvonási tünetek akkor jelennek meg, amikor a személy akadályoztatott a játékhasználatban: feszültség, ingerlékenység, szorongás, szomorúság, fizikai jelek (például remegés, izzadás).
3. Tolerancia: az egyénnek egyre több időt kell játszania ahhoz, hogy ugyanazt az élményt élje át, mint korábban.
4. A kontroll elvesztése a játékidő felett.
5. Az érdeklődés elvesztése korábbi kedvelt tevékenységek, hobbik esetén, a játékost kizárólag a játék érdekli.
6. A játékos az életére gyakorolt negatív következményeinek tudatában is folytatja a játékot.
7. Hazudik családtagjainak, terapeutájának, vagy más hozzátartozóinak a játékidejéről.
8. A játékot a negatív érzelmei/hangulata csökkentésére használja (bűntudatát, szorongását, tehetetlenség érzetét) és a játékba menekül a való életbeli problémái elől.
9. Interperszonális kapcsolatai veszélybe kerülnek vagy megszakadnak, iskolai vagy munkahelyi teljesítménye romlik a túlzott mértékű játékhasználat miatt.

A DSM-5-ben szereplő internetesjáték-használati zavar számos kritikát kapott az évek során, mind a nevét, mind pedig a kritériumrendszerét illetően, amely erősen összecseng a korábbi, DSM-IV kézikönyvbe bekerülő patológiás szerencsejáték kritériumaival.

Egyrészt a DSM-5 leírásában is szerepel, hogy maga a diagnosztikus kritériumrendszer használata nem csak online, azaz internetes játékok esetén javasolt, hanem az offline játékosok szűrésére is alkalmazható. Emiatt is érdekes, hogy miért pont az internetesjáték-használati zavar nevet választották, tekintve, hogy az online és az offline játékok használata eltér működési modelljüknek köszönhetően (lásd., 2.3 *A videojátékok kategorizálása, műfajai* fejezet). A DSM-5 az internethasználati-zavar, az internetfüggőség és a játékfüggőség kifejezéseket ugyanazon konstruktum megnevezéseinek tekinti (American Psychiatric Association, 2013), amely nagyban megnehezíti a témában született szakirodalom áttekintését (Király, Griffiths, és mtsai, 2014; Rehbein & Mößle, 2016).

A használt terminológia mellett magának a szabadidős tevékenységnek a túlpatologizálása is kritikaként fogalmazódott meg számos esetben (Blaszczynski, 2006; Dowling, 2014; King & Delfabbro, 2016; Shaffer, Hall, & Bilt, 2000; Wood, 2008). A kérdés ezzel kapcsolatban az, hogy a játékhasználati zavar vajon önálló jelenség (vagyis elsődleges zavar) vagy valamilyen más pszichés probléma tüneteként/következményeként jön létre (mint másodlagos zavar)?

Az egyes kritériumokat is érte kritika, többek között a gondolati elfoglaltsággal kapcsolatban fogalmaztak meg bírálatokat. Mivel mára a videojátékok használata széles körben elterjedt szabadidős tevékenységgé vált, és az esetek döntő többségében a játékosok egészséges keretek között űzik a tevékenységet, a gondolati elfoglaltság ennek a szabadidős tevékenységnek az esetén nem feltétlenül negatív. Például egy futball-bajnokság a szezonban a rajongók számára komoly gondolati elfoglaltságot jelent (pl., maga az esemény, a közös program megtervezése, a meccs visszaidézése gondolatban), az adott tevékenységbe való belefeledkezés nem utal problémára. King és Delfabbro (2014) emiatt azzal érvel, hogy nem a gondolati elfoglaltság mennyiségét kellene a kritériumnak megragadnia, hanem a minőségét, adaptív voltát (vagy annak hiányát), illetve a játékos kognitív rugalmasságát. Ehhez kapcsolódva, ha nem csak a hobbijátékosok szintjét nézzük, egy e-sportoló, aki napi szinten tervezi játékát, elemzi a lejátszott mérkőzéseit, a kritérium szerint problémás mértékben gondol az adott tevékenységre, míg valójában ez a fajta gondolati elfoglaltság

szükséges, a sportolói tevékenysége szerves része a gondolati felkészülés (Nielsen & Karhulahti, 2017). Ahogy King és Delfabbro (2014) hangsúlyozza, ebben az esetben is a gondolati elfoglaltság minősége, vagyis a nem konstruktív gondolatok megjelenése (pl., negatív önmonológ, rumináció a múltbeli alacsony teljesítmény, hibák felett, melyek a játékhoz köthetőek) lehet valójában előrejelző mutatója a játékhasználati zavarnak.

A tolerancia és a megvonási tünetek is a kritikák keresztüzébe kerültek, azzal kapcsolatban, hogy a videojáték-használat során semmilyen kémiai szer nem kerül a szervezetbe, emiatt félrevezető a játékhasználati-zavar kiszűrése szempontjából (Starcevic, 2016). Nielsen és Karhulahti (2017) azt is kiemelik, hogy érdekesebb lehet megkülönböztetni az esetleges mindennapi irritáltságot és a játékhasználat akadályozottságából következő megvonási tüneteket (mint irritabilitás, szorongás, szomorúság). Vagyis a megvonási tüneteket nem szabad összekeverni a mindennapi negatív érzelmekkel (vagy fiatal játékosok esetén a szülői utasításra, kontrollra adott reakciókkal), ezért King és Delfabbro (2013) azt javasolja, hogy a játékosok önbeszámolóit mellett (kérdőíves vagy interjúk kutatások) fiziológiai módszerekkel is (például vérnyomás, pulzusszám mérése) érdemes vizsgálni a játékhasználati-zavarhoz köthető tényleges megvonási tüneteket a játéktevékenység befejezését követően (pár órával, de legfeljebb 1-2 nappal). Ugyanakkor a két hétnél tovább is fennálló megvonás során megjelenő érzelmi visszajelzéseket inkább sóvárgásnak érdemes nevezni, mint megvonási tüneteknek (Ko és mtsai, 2014; Pies, 2009).

A tolerancia kapcsán Ko és munkatársai (2014) arra hívják fel a figyelmet, hogy a játékidő mennyiségét egy ponton túl már lehetetlen tovább növelni, s emiatt érdemes lehet ezen kritérium esetében is a játékban eltöltött idő minőségére és nem annak mennyiségére koncentrálni. A megnövekedett játékidő mellett a játék élvezeti értéke csökken, nem nyújt több vagy ugyanakkora örömet, mint korábban. Emellett több kutatás is rámutatott arra, hogy önmagában a játékidő nagy mennyisége nem függ össze a játékhasználati zavar kialakulásával (Griffiths, 2010a; Király, Tóth, Urbán, Demetrovics, & Maraz, 2017). Emellett az e-sportolók is (csakúgy, mint a hagyományos sportágak képviselői), karrierjük elején rengeteg időt és energiát fektetnek a tevékenységbe annak érdekében, hogy mentális és fiziológiai határaikat kijebbjebb tolják, ellenállóbakká váljanak. E-sportolók esetében már kezdő, félprofi, de a professzionális szinten is több ezer játékban eltöltött óráról beszélhetünk,

mely gyakorlási időből és versenyre felkészülési időből származik (Nielsen & Karhulahti, 2017).

Szintén vitatott kritérium, mely szerint a függő játékos félrevezeti a környezetét azzal kapcsolatban, hogy mennyit játszik. Egyrészt ennek a kritériumnak a megszületésére nagy hatással volt a patológiás szerencsejáték hasonló kritériuma, ugyanakkor ez videojátékok esetén meglehetősen gyenge lábakon áll. King és Delfabbro (2013) érve a kritériummal szemben rávilágít arra, hogy a játékhasználat többnyire a játékos otthonában történik, ezért ha akarná sem tudná teljesen elrejtetni, mikor és mennyit játszik, továbbá a játékos lakhatási körülményei is jelentősen befolyásolják a kritérium teljesülését. Aki egyedül él, nem köteles beszámolni senkinek a játékhasználati szokásairól, s így nehezebben is észrevehető, ha valaki problémásan teszi azt. A kritérium emellett a játékosok stigmatizációját is erősítheti, lévén a mai napig nem teljes a társadalmi elfogadása az adott tevékenységnek. Számos (elsősorban nyugati) országban a feltörekvő versenyzők nem vallják be hozzátartozóiknak, hogy e-sportolók szeretnének lenni a negatív hozzáállás miatt (Nielsen & Karhulahti, 2017).

A játékvilágba menekülést és a játék negatív érzelmek csökkentésére való felhasználását is több kritika érte. A menekülés a játékhasználati-zavar kialakulásának összetett háttérmechanizmusára mutat rá. Egyrészt motivációként előrejelző szerepet tölthet be a zavar kialakulásában (Ballabio és mtsai, 2017; Bányai, Griffiths, Demetrovics, & Király, 2019; Király, Urbán, és mtsai, 2015), másrészt maladaptív megküzdési stratégia/ érzelmi szabályozásként befolyásolhatja a játékhasználati-zavar kialakulását (Dreier és mtsai, 2017; Kökönyei és mtsai, 2019; Milani és mtsai, 2018; Paulus, Ohmann, von Gontard, & Popow, 2018; Rosenkranz, Müller, Dreier, Beutel, & Wölfling, 2017; Schneider, King, & Delfabbro, 2018). Emellett a menekülés jelentőségét befolyásolhatja az egyén által megélt stressz-szint, az önértékelésmértéke és étellel való elégedettsége (Kardefelt-Winther, 2014).

A DSM-5-ben megjelent internetesjáték-használati zavar ugyan elég komoly kritikákat kapott, a szakma mindezek ellenére pozitívan fogadta a kezdeményezést az egységes terminológiára, amely segíti az egységesebb diagnózis, mérés és kezelési módok kialakítását.

Hat évvel a DSM-5 megjelenését követően újabb előrelépésre került sor, az Egészségügyi Világszervezet (World Health Organization, WHO) 2019-ben közölte a betegségek nemzetközi osztályozási rendszerének (BNO; angolul ICD) 11. kiadását (World Health Organization, 2018), amely tartalmazta a játékhasználati-zavar definícióját és kritériumait is.

A játékhazsnálati-zavar a BNO-11-ben már a törzsszövegben kapott helyet a „Mentális, viselkedési és idegrendszeri fejlődési zavarok” között, a „Viselkedési zavarok” alkategórián belül, és továbbra is a problémás tevékenységet viselkedési addikcióként értelmezi. Szemben a DSM-5-tel, a készítők ez esetben alfejezetenként megkülönböztették az online és az offline játékhazsnálati-zavart is.

A BNO-11 definíciója szerint akkor beszélhetünk játékhazsnálati-zavarról, ha a játéktevékenység tartós vagy periodikusan visszatérő, a játékos elveszíti a kontrollt a játékhazsnálat felett, megnövekedett prioritást élvez más fontos vagy hobbitevékenységekhez képest (pl. más hobbik, mindennapi tevékenység elhanyagolása). Valamint a játékos a játékhazsnálat negatív következményeivel tudatában van, ennek ellenére folytatja az adott tevékenységet (pl., kapcsolatai sérülnek/megszűnnek, munkahelyi/iskolai teljesítménye romlik, látható egészségügyi problémák jelennek meg). Ha a problémás viselkedés 12 hónapon belül tartósan fennáll vagy epizodikusan visszatér és komoly distresszt okoz a játékosnak, gátolja őt életének meghatározó területein való funkcionálásában, abban az esetben játékhazsnálati-zavar diagnosztizálható (World Health Organization, 2019).

Billieux és mtsai (2017) felhívják a figyelmet arra, hogy a játékhazsnálati-zavar tényleges diagnózisa csak abban az esetben állítható fel, ha az egyén funkcionalitása sérül, már nem megoldható az egészséges életvitel. Emiatt ez egy szigorúbb, ugyanakkor egyértelműbb definíció és kritériumrendszer, mint a DSM-5-ben szereplő internetesjáték-hazsnálati zavar definíció. A BNO-11-ben található játékhazsnálati-zavar kritériumai a DSM-5-ből csupán azokat az addikciós szempontokat tartalmazzák, amelyek kapcsán a legnagyobb egyetértés volt a kutatók között (Bányai, Zsila, Demetrovics, & Király, 2018; Király & Demetrovics, 2017). A szakmai vitát a játékhazsnálati-zavar definíció megszületése azonban nem szüntette meg teljesen, a kritikusok egyrészt kiemelték, hogy a formálissá vált diagnózis negatív hatással lehet a játékos közösségek amúgy sem teljeskörű pozitív megítélésére és stigmatizálhatja a az egészséges játékhazsnálókat (Aarseth és mtsai, 2017). További figyelmet igényel a túlpatologizálás eshetősége is, akár játékhazsnálatról, akár hozzá hasonló mindennapi tevékenységek diagnosztizálása esetén (Billieux és mtsai, 2015). A stigmatizálás és a túlpatologizálásra való óva intés mellett azonban a szakma időszerűnek tartja a formális diagnózis létrejöttét, amely segítheti a ténylegesen játékhazsnálati-zavarban szenvedők

számára, hogy klinikai szintű segítséget kapjanak (Bányai, Zsila, és mtsai, 2018; Billieux és mtsai, 2017; Király & Demetrovics, 2017; Kuss, Griffiths, & Pontes, 2017b). A videojátékok pozitív hatásairól maga a WHO is nyilatkozott a 2020-ban kitört COVID-19 világjárvány kapcsán. Az általuk indított kampányban (World Health Organization, 2020) a videojáték-használatot, a járvány okozta stressz levezetésének egyik lehetséges és ajánlott módjaként nevezték meg. Ez a lépés a WHO részéről jelentős olyan értelemben, hogy a szervezet valóban nem stigmatizálni kívánja a tevékenységet, hanem a játékhasználati-zavar diagnózisának bevezetésével iránymutatást ad és segíti a szakmai konszenzus kialakítását.

2.6.3. A játékhasználati-zavar mérése és előfordulási gyakorisága

Számos mérőeszköz, elméleti háttér, kritériumrendszer született a témakörben, melyek diverzitása nehezíti az egységes szakmai konszenzus kialakulását és az egyes kutatások eredményének szintetizálását (King, Haagsma, Delfabbro, Gradisar, & Griffiths, 2013).

Jelenleg a játékhasználati-zavar feltárásának leggyakoribb formája önbeszámolón alapuló kérdőívek használata, melyek nem alkalmasak klinikai diagnózis megállapítására, csak a kockázat becslésére (szűrés) (pl. POGQ). A kérdőívek elnevezése széles spektrumon mozog, például *Játékfüggőség Skála* (Game Addiction Scale, GAS; Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2009); *Problémás Online Játék Kérdőív* (Problematic Online Gaming Questionnaire, POGQ; Demetrovics és mtsai, 2012), *Videojáték-Dependencia Skála* (Video Game Dependency Scale, KFN-CSAS-II; Rehbein, Psych, Kleimann, Mediasci, & Möhle, 2010), emellett az általuk vizsgált tünetekben és a határértékek meghatározásában is eltérnek (King és mtsai, 2013). King és munkatársai (2013) áttekintése alapján a kérdőívek többsége a DSM-5 megjelenése előtt született, így mindegyike más-más kritériumok mentén próbálta mérni ugyanazt a jelenséget (King és mtsai, 2013). Tovább nehezíti a kört, hogy a kérdőívek kiértékelése is eltér a kritériumok különbözősége miatt, valamint a mintavétel és a kérdőív strukturális jellemzői (pl., itemek száma, skálázás) és a határértékek megállapítására használt módszerek is különböznek (Griffiths, Király, Pontes, & Demetrovics, 2015). A kérdőíveket eddig többnyire keresztmetszeti kutatási elrendezésben alkalmazták a kutatócsoportok, amelyek azonban nem alkalmasak a feltárt összefüggések irányának megállapítására (pl. a nem megfelelő társas kapcsolatok okozzák a problémás játékhasználat kialakulását vagy fordítva). Ezek feltérképezésére fontosak lennének a longitudinális vizsgálatok a témában.

Ugyanakkor ezek a keresztmetszeti kutatási designhoz képest jóval bonyolultabbak, időigényesebbek, és költségesebb módját jelentik az adatfelvételnek. Mindazonáltal az eddig ismert longitudinális kutatások eredményei azt mutatják, hogy játékosok egy kisebb csoportja valóban jelentős funkcionális és pszichológiai problémáktól szenved, amely összefüggésbe hozható az intenzív játékhasználattal (Chappell, Eatough, Davies, & Griffiths, 2006; Ko és mtsai, 2014).

Mivel az önbeszámolón alapuló kérdőívek nem alkalmasak a klinikai diagnózis megállapítására, ebből kifolyólag csupán a veszélyeztetett csoport feltárását segíthetik (Király, Griffiths, & Demetrovics, 2015) olyan kutatásokban, melyek nagymintás, epidemiológiai jellegűek. Ezen vizsgálatok nyomán egy általános kép rajzolódhat ki a játékhasználati-zavar elterjedéséről és súlyosságáról egy nagyobb játékos mintában/populációban. A klinikai diagnózis megállapításához klinikai diagnosztikus interjúra van szükség, amelyet egy megfelelő képzettséggel és jogosítvánnyal rendelkező szakember végez (pl. pszichiáter, klinikai szakpszichológus). Emellett a kérdőívekben feltárt esetleges veszélyeztetett személyekről is kiderülhet, hogy hamis pozitív esetek és pusztán azért kerültek a veszélyeztetettek közé, mert a kérdőív nem tudott kellően differenciálni az enyhe és a súlyos esetek / meglévő tünetek között (Maraz, Király, & Demetrovics, 2015). Ehhez társul a válaszadási torzítás mechanizmusa is az önkitalós kérdőíveknél, ahol a válaszadó alul- vagy felülbecsülheti saját tüneteit, vagy információt tart vissza (Demetrovics & Király, 2016). Másfelől ahogy a DSM-5 kritériumait érő kritikákban is szó volt róla (lásd., 2.6.2. *DSM-5 és BNO-11* alfejezet), nem minden kritérium jelez patológiás használatot, ugyanúgy ez előfordulhat egészséges játékhasználók körében is (pl. a gondolati elfoglaltság) (Kardefelt-Winther, 2015).

A mérőeszközök elméleti és módszertani háttérének sokszínűségéből adódóan a játékhasználati-zavar prevalenciájának felmérése is változatos eredményeket mutat (Király, Griffiths, és mtsai, 2015). Emellett kevés esetben vizsgálnak országos reprezentatív mintán. Jellemzően inkább serdülőkre fókuszáltan mérik a játékhasználati-zavar előfordulásának mértékét. Az említett kutatásokban látható prevalencia-érték között például:

- Németországban 1,7% (Rehbein és mtsai, 2010) és 1,2% (Rehbein, Kliem, Baier, Mößle, & Petry, 2015),
- Norvégiában 4,1% (Mentzoni és mtsai, 2011) és 4,2% (Brunborg és mtsai, 2013),

- Magyarországon 4,6% (Pápay és mtsai, 2013),
- Szlovéniában 2,5% (Pontes, Macur, & Griffiths, 2016),
- Az Egyesült Államokban 8,5% (Gentile, 2009),
- Hollandiában 1,6% (Van Rooij, Schoenmakers, Vermulst, Van Den Eijnden, & Van De Mheen, 2011), 1,3% (Haagsma, Pieterse, & Peters, 2012), illetve 5,4% (Lemmens, Valkenburg, & Gentile, 2015).

Utóbbi két prevalencia-értéket serdülőket és felnőtteket vizsgáló kutatás során mérték. Emellett egy hét európai országot átfogó kutatásban Müller és munkatársai (2015) Spanyolországban 0,6%-kal a legalacsonyabb, míg Görögországban a hét ország közül legmagasabb, 2,5% előfordulási értéket találtak. Gentile és munkatársai (2011) longitudinális vizsgálata Szingapúrban általános és középiskolás gyerekek körében 7,6-9,9%-os prevalencia-értéket mért.

A kutatások eredményei alapján látható, hogy a mintavétel, a módszertan, az eszközök és az elméleti háttér eltéréseiből adódóan a játékhasználati-zavar előfordulási aránya sem egységes (természetesen az egyes országok játékhasználati szokásai is különbözőek). Mindazonáltal a kép olyan szempontból egyértelmű, hogy a játékosok csak egy kis csoportját veszélyezteti a problémás játékhasználat vagy a klinikai értelemben vett játékhasználati-zavar kialakulása.

2.6.4. A játékhasználati-zavar kialakulása, lefolyása, etiológiája és komorbid zavarok

Korábban a játékhasználati-zavarral kapcsolatban az a kritika is megfogalmazódott, hogy lehet, hogy nem érdemes elsődleges zavarként definiálni, hanem egy másik pszichés zavarral állhat szoros összefüggésben, mint másodlagos zavar (Blaszczynski, 2006; Dowling, 2014; King & Delfabbro, 2016; Shaffer és mtsai, 2000; Wood, 2008).

A videojátékok ugyan rendelkeznek olyan játékelemekkel, melyek erősítik mellettük való nagyobb/mélyebb elköteleződést (lásd., 2.4.1. *Játékelemek* alfejezet), de önmaguktól nem okoznak függőséget, nem eredményeznek negatív változásokat egy egészséges használó életében (Király, Nagygyörgy, Koronczai, Griffiths, & Demetrovics, 2015).

Az eddigi, problémás játékhasználat kialakulásával foglalkozó kutatások egybehangzóan azt találták, hogy sokkal inkább a játékos meglévő erőforrásainak és pszichológiai sérülékenységének függvénye a nem megfelelő játékhasználat kialakulása, mint a videojátékoké, amelyekkel játszik (Griffiths és mtsai, 2015; Király, Griffiths, és mtsai, 2015).

A korábbi kutatások rámutattak arra, hogy a veszélyeztetett játékosoknál (vagyis akiknél problémás játékhasználat vagy játékhasználati-zavar alakul ki) gyakrabban fordul elő:

- a múltban és/vagy jelenleg is fennálló klinikailag diagnosztizált bipoláris személyiségzavar, szerhasználati zavar, idegrendszeri fejlődési zavar, személyiségzavar (Király, Lajtai, és mtsai, 2018)
- a múltban és/vagy jelenleg is fennálló depressziós és szorongásos tünetek (Allison, von Wahlde, Shockley, & Gabbard, 2006; Király, Lajtai, és mtsai, 2018; Kneer, Rieger, Ivory, & Ferguson, 2014; Mehroof & Griffiths, 2010),
- társas szorongás (Lo, Wang, & Fang, 2005),
- alacsony én-hatékonyság megélése a valóságban a játékokban megélttel szemben (Jeong & Kim, 2011), szociális fóbia, pánikbeteg (Allison és mtsai, 2006),
- fokozott magányosság-érzet (Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2011; van Rooij, Schoenmakers, Van den Eijnden, Vermulst, & van de Mheen, 2012).
- figyelemhiányos hiperaktivitás-zavar (ADHD) (Allison és mtsai, 2006; Chan & Rabinowitz, 2006; Han és mtsai, 2009),
- alacsonyabb önértékelés és önbizalom (Ko, Yen, Chen, Chen, & Yen, 2005; Lemmens és mtsai, 2011; Walther, Morgenstern, & Hanewinkel, 2012),

- alacsony pszichoszociális jóllét és étellel való elégedettség (Király, Griffiths, és mtsai, 2015; Király, Griffiths, és mtsai, 2014),
- narcisztikus személyiség (Kim, Namkoong, Ku, & Kim, 2008),
- alacsony érzelmi stabilitás (Charlton & Danforth, 2010; Mehroof & Griffiths, 2010; Nagygyörgy és mtsai, 2012).

Emellett a kutatások kapcsolatot találtak a játékhasználati-zavar és a játékhasználat háttérben álló motivációk között is. A korábbiakban bemutatott motivációs elméletek egyes motivációi közül (lásd., 2.4.2. *Motivációs elméletek* alfejezet) a menekülés/eszképizmus motiváció mutatta a legerősebb összefüggést (Király, Urbán, és mtsai, 2015; Kuss, Louws, & Wiers, 2012; Yee, 2006a), és közvetítő szerepet a játékhasználati-zavar és más pszichés zavarokkal kapcsolatában (Ballabio és mtsai, 2017; Bányai és mtsai, 2019; Király, Urbán, és mtsai, 2015). A menekülés motiváció azt jelenti, hogy a játékos egyfajta megküzdési stratégiaként használja a játékokat, hogy a való életbeli problémái elől a játékba meneküljön, és addig ne kelljen életének más területeivel foglalkoznia. Ugyanakkor az eszközizmus motiváció befolyásoló ereje is kontextustól függ: a játékhasználati-zavar kialakulására ható háttérmechanizmusokat a játékos való életben megélt stressz-szintje, önértékelésének mértéke és étellel való elégedettsége is nagymértékben befolyásolja (Kardefelt-Winther, 2014). Ebből kifolyólag fontos szem előtt tartani az egyes játékos motivációs mintázatok kontextusát is, amelyek erősíthetik/gyengíthetik/ módosíthatják a játékmotivációk erejét a problémás játékhasználat kialakulásában.

A játékidő mindig is egy központi kérdése volt a játékhasználati-zavar kutatásának. Egyrészt azon médiában erősített sztereotípiá miatt, hogy aki sokat játszik, az problémás használó. Másrészt a korai játékhasználati-zavart megmagyarázó elméletek is más függőségek mechanizmusaitól kiindulva az adott szer/tevékenység mennyiségével húztak párhuzamot a problémáság mértékében (Chung és mtsai, 2019; Griffiths, 2005a; Young, 1998). A játékok műfajából és típusából (online vagy offline) adódóan is eltérő, hogy mennyi időt vesz igénybe a végigjátszásuk. Magától értetődő módon egy online játékkal relatíve több időt lehet eltölteni, köszönhetően annak, hogy nincs egy konkrét végpontjuk, szemben az offline játékokkal (lásd., 2.3. *A videojátékok kategorizálása, műfaja* alfejezet). Erre mutattak rá azon kutatások is (Ng & Wiemer-Hastings, 2005; Smohai és mtsai, 2017), melyek az

online játékok esetén magasabb játékidőt mértek annak szociális vonzata miatt (pl. az online kapcsolatok kialakíthatósága és fenntartása más játékosokkal), szemben az offline játékokkal. A kutatók ma már jóval nagyobb körültekintésre intenek a játékidő és játékhasználati-zavar kapcsolatának vizsgálatában. Egyrészt egy idő után a játék-használati zavarban szenvedők sem tudják tovább növelni a játékmennyiséget (Ko és mtsai, 2014), másrészt kutatások eredményei rámutattak, hogy a túlzott mértékű játék önmagában nem jó bejósolója a probléma kialakulásának (Griffiths, 2010a; Király, Tóth, és mtsai, 2017).

A játékhasználati-zavar összefüggésben áll az egyes megküzdési stratégiákkal is, melyeket a stresszre adott válaszreakció alapján adaptív (vagyis megfelelő) és maladaptív (vagyis nem megfelelő) módszerekként is jellemezhetjük (Cheng, 2001; Troy, Shallcross, & Mauss, 2013). A játékhasználati-zavar feltehetően a maladaptív / diszfunkcionális megküzdési stílusokkal mutat együttjárást, például a tagadással, az elhatárolódó viselkedéssel (Schneider, King, & Delfabbro, 2018), a médiával összefüggő megküzdéssel (ez nagyjából megfelel a menekülés/eszképizmus motivációnak), a figyelemeltereléssel, az önmagunk hibáztatásával (Dreier et al., 2017; Milani et al., 2018; Rosenkranz, Müller, Dreier, Beutel, & Wölfling, 2017), a katasztrófizálással vagy a ruminációval (Kököneyi et al., 2019). Egyes kutatások nem csak a közvetlen, hanem a közvetett hatását is vizsgálták a megküzdési módoknak, csak úgy, mint a motivációknak. Az eredmények arra engednek következtetni, hogy a maladaptív megküzdési stratégiák (úgy, mint az elkerülés vagy a média fókuszú megküzdés) kis mértékben erősíthetik a játékhasználati-zavar és a pszichés problémák közötti kapcsolatot, ha a játékos magas pszichés distresszt él meg vagy pszichés zavarok tüneteit mutatja (Kuss, Dunn, és mtsai, 2017; Li, Zou, Wang, & Yang, 2016; McNicol & Thorsteinsson, 2017).

A játékos szociodemográfiai helyzete, egyes környezeti tényezői is befolyásolhatják a játékhasználati-zavar kialakulását. Ilyen például a játékos családjának támogatása, szociális hálójának minősége (iskolatársak, munkatársak, barátok, jelentős kapcsolatok és hiányuk), a játékos családján belüli viszonyok (pl., szülők elváltak, szülő egyedül neveli), vagy a szubjektív jóllét szintje különböző, életének fontos területein (pl., oktatási intézmény, munkahely) (Haagsma és mtsai, 2012; Rehbein & Baier, 2013; Rehbein és mtsai, 2010; Zhou & Li, 2009).

A játékhasználati-zavart mérő korrelációs vizsgálatokból is látható, hogy számos társuló zavar jelenik meg, ugyanakkor ezek közül nehéz elkülöníteni, hogy melyek lehetnek a játékhasználati-zavar okai és melyek a következményei (Király, Griffiths, és mtsai, 2015).

A játékhasználati-zavar lefolyásával kapcsolatban kevés kutatás létezik: egyrészt a játékhasználati-zavar felismerésének és megfelelő diagnosztikai eszközeinek egységessége vagy éppen hiánya miatt. Inkább a klinikai esetek longitudinális utánkövetésére lenne szükség, amelyekre kevés esetben kerülhet sor szakértői erőforrások és anyagi támogatás hiányában.

Kérdéses a játékhasználati-zavar kialakulásának és lefolyásának természetes menete: az hogy ez egy éveken át tartó, krónikus zavar, vagy inkább periodikusan visszatérő problémaként jelenik meg a problémás használók körében. Azon kevés longitudinális vizsgálat, mely a kérdésben született, sajnos egymásnak ellentmondó eredményeket mutat. Mind a krónikus lefolyásra (Gentile és mtsai, 2011; Lemmens és mtsai, 2011), mind az átmeneti, epizodikusan visszatérő problémás viselkedésre is találunk tudományos eredményeket (Rothmund, Klimmt, & Gollwitzer, 2018; Thege, Woodin, Hodgins, & Williams, 2015). Király, Lajtai, és mtsai (2018) klinikai interjúk kutatásának eredményei is arra engednek következtetni, hogy a játékhasználat egy időszaka válik problémássá és alakul ki játékhasználati-zavar, melynek a játékos tudatában van. Továbbá a klinikai interjúkon alapuló kutatás eredményei azt feltárták, hogy a játékhasználati-zavar nem önálló problémaként jelentkezik, hanem több pszichés zavarral párhuzamosan (pl., a múltban meglévő depresszió, szorongás, bipoláris személyiségzavar, szerhasználati zavar, idegrendszeri fejlődési zavar, személyiségzavar) vagy éppen azok folyamányaként jöhet létre.

Esettanulmányok és interjúk nyomán valószínűsíthető továbbá az is, hogy a kémiaiszter-függőséghez hasonlóan, fokozatosan, lefelé vezető spirálhoz hasonlóan zajlik le a problémás játékhasználat folyamata, mely során kialakul a játékhasználati-zavar (Allison és mtsai, 2006; Chappell és mtsai, 2006; Young, 2010). A tevékenység a kezdeti szórakoztató erejét elveszítve, ahogy a játékos egyre több időt tölt az adott tevékenységgel, már nem nyújtja ugyanazt az élvezetet a számára. Ennek ellenére a tevékenységet tovább folytatja, de már nem annak pozitív hozadéka miatt, hanem a negatív érzelmek enyhítéséért. Közben a játékhasználat elkezd kizorítani életének más, korábban fontos tevékenységeit és területeit

(pl., hobbik, társas kapcsolatok). Ennek nyomán ezeken a területeken konfliktus alakul ki a játékos és a környezete között, de a negatív következmények ellenére a tevékenységet továbbra is űzi. A kvalitatív kutatások eredményei alapján úgy tűnik, a játékoshasználati-zavar folyamatában is van egy mélypont, amikor a játékos élete felett teljesen eluralkodik a játékoshasználat. A mélypont elérésekor történik a játékosban tudatosodik a tevékenység problémássága, és a negatív következmények felismerését követően fordulhat segítségért (akár a szociális hálóján belül, akár szakmai értelemben vett segítségért) vagy próbál önerőből tenni a kontroll visszaszerzése érdekében. A szakirodalom utal a visszaesés gyakoriságára is (Chappell és mtsai, 2006; Young, 2010), ugyanakkor érdemes felhívni a figyelmet arra, hogy maguknak a terápiás kezeléseknél sem feltétlenül a teljes absztinencia elérése a fő célja (hasonlóan az internet-függőség és közösségi média-függőség esetén is nehezen kivitelezhető a teljes megvonás), hanem egy kontrollált, egészséges használat megteremtése (Bányai, Zsila, és mtsai, 2018; Bányai és mtsai, 2017).

2.6.5. A játékoshasználati-zavarhoz kapcsolódó szabályozás, prevenció és kezelési módok

A világon különböző módon viszonyulnak a játékoshasználati-zavar megelőzéséhez és kezeléséhez, valamint eltérő prevenció és policy-szintű szabályozásokat fogalmazzak meg. Király és munkatársai (2018) szisztematikus szakirodalmi áttekintőjében országos szinten megjelenő, problémás internet- és játékoshasználattal kapcsolatos szabályozásokat tekintették át, melyek prevenció-, intervenció- és ezen tevékenységek használatát szabályozó irányelveket foglalnak magukban. Az angol és koreai nyelvű dokumentációk áttekintése nyomán elmondható, hogy a szabályozásra, megelőzésre és kezelésre irányuló törekvések három nagy egységre oszthatók:

- Limitálják a videojátékokhoz/ internethez való hozzáférést,
- A strukturális elemek megváltoztatását célozzák a kockázatok és károk csökkentésének érdekében,
- A játékosok számára nyújtanak megfelelő segítséget.

A megfogalmazott korlátozási irányelvek azon az elképzelésen alapszanak, hogy a játékos önmagában játékoshasználati-zavart eredményezhet, tudományos szempontokat figyelembe véve nem látszik igazoltnak (Demetrovics & Király, 2016; Griffiths, 2010b; Király, Tóth, és

mtsai, 2017). A játékidő kontrollálása mellett ezért javasolt, hogy a játékos környezete segítse a játékos más tevékenységek melletti elköteleződését, támogassa őt más hobbik elkezdésében.

A második pont, vagyis a játékelemek – és ezen keresztül a játékfejlesztő cégek – kizárólagos okolása a játékhasználati-zavar kialakulása miatt ugyancsak félrevezető. A játékelemek ugyan ténylegesen a nagyobb elköteleződést, motivált játékhasználatot erősítik, önmagukban nem képesek függőséget kialakítani. Ahhoz a játékos környezeti beágyazottságát és egyéni vonásait, vulnerabilitását is szem előtt kell tartani (Király, Nagygyörgy, Griffiths, & Demetrovics, 2014). Ugyanakkor az egyén hajlamát erősítő játékmechanizmusokra való figyelemfelhívás az egyes irányelvek megfogalmazásakor hasznos lehet.

A harmadik pont szerint a hatékony megelőzés és kezelés a játékosok és családjaik támogatása révén elérhető. Vagyis érdemes foglalkozni a játékosok egyéni pszichológiai sérülékenységével és a környezetükben megjelenő hatásokkal (stressz, szociodemográfiai jellemzők, különösen a család). Ez a megközelítés fontos szempont az irányelvek megfogalmazásakor és tudományosan is támogatott irány (Király, Tóth, és mtsai, 2017). A segítségnyújtás kapcsán szem előtt tartandó az is, hogy nem csak terápiás programok esetén érdemes odafigyelni ezekre az egyéni és környezeti jellemzőkre, hanem már a prevenció programok és kampányok kialakításakor is (Lemos, Abreu, & Sougey, 2014). A prevenció és kezelési módok kialakításában azonban komoly kulturális különbségeket láthatunk. Az ázsiai országok állami szinten, átfogó kormányzati stratégiával és kezdeményezésekkel válaszolnak a jelenségre (amely a prevalencia-értékek alapján a játékosok kis százalékát érinti), és közegészségügyi problémának tekintik a játékhasználati-zavart. Elsősorban a serdülőkre és a fiatal felnőttekre fókuszálnak, szervezeti és központosított intézkedéseikkel (pl., rendszerszintű, időzített leállítás, életkorhoz kapcsolódó használat, szülői felügyelő szoftverek). A nyugati országok ezzel szemben főleg civil és non-profit szervezetek, valamint profitorientált magánvállalkozások bevonásával és inkább lokális szinten tesznek a probléma ellen, kevésbé fókuszáltak és nem szűkítik le a figyelmüket a fiatalokra (Lin & Chen, 1995). Magyar viszonylatban jelenleg még nincs központilag kiépített rendszere a játékhasználati-zavar kezelésének, de példaként érdemes megemlíteni többek közt a Nyíró Gyula Országos Pszichiátriai és Addiktológiai Intézete által 2019-ben kiadott segédletet

(Fazekas, 2019). Ez nem csak szerencsejáték-függőknek, vagy játékhasználati-zavarban szenvedőknek, hanem családjuknak, sőt szakembereknek is szól. Bemutatja a két viselkedési addikció felismerésének módjait, kutatásának hátterét és az esetleges prevenció és intervenció módokat. Emellett a játékhasználati-zavarral küzdők számára kialakított 12 lépéses rendszerű öngyógyító közösség (Computer Gaming Addicts Anonymous – CGAA) kérdőívét is magában foglalja (Fazekas, 2019).

Összességében elmondható, hogy egyelőre nincs standardizált protokoll a játékhasználati zavar klinikai kezelésére, országonként eltérő a probléma felfogása, megközelítése. Jelenleg több kezelési mód létezik a játékhasználati-zavar kezelésére és/vagy tüneteinek csökkentésére, melyek magukban foglalják az egyéni (elsősorban kognitív-viselkedés terápia; King, Delfabbro, & Griffiths, 2012), a csoport- és családterápiás módszereket, az online öngyógyító csoportokat, a 12-lépcsős Minnesota modellt, de a hírhedt katonai leszoktató táborokat (elsősorban Kínában) is (Griffiths, 2008; Griffiths & Meredith, 2009; Huang, Li, & Tao, 2010; Jäger és mtsai, 2012; Király, Nagygyörgy, és mtsai, 2014; Thorens és mtsai, 2014). Emellett gyógyszeres kezelések is előfordulnak. Ezek a módszerek arra a megközelítésre építenek, hogy a játékhasználati zavar, a patológiás szerencsejáték és a szerfüggőséghez hasonló neurobiológiai mechanizmusokon alapszik. Kuss, Pontes, és Griffiths (2018) 27 fMRI, rsfMRI, VBM, PET és EEG vizsgálat szintetizálása során azt találta, hogy a játékhasználati-zavarral rendelkezőket rosszabb válasz-gátlás és érzelemszabályozás, csökkent prefrontális kéreg funkcionalitás és kognitív kontroll, rosszabb munkamemória és döntéshozási képesség, csökkent vizuális és auditoros funkciók, valamint a neurális jutalmazó rendszer hiányossága jellemzi, mint az egészséges videojáték használókat. Az eredmények arra engednek következtetni, hogy a viselkedési addikciók esetén is hasonló agyi mechanizmusok és változások zajlanak le, mint a szerfüggőség esetén (Kuss és mtsai, 2018). Emiatt olyan gyógyszeres kezelési módokat próbálnak meg alkalmazni a terápiák során, melyek korábban sikeresnek bizonyultak más addikciók kezelésében, például a Bupropion, az Escitalopram, a Naltrexone, a Citalopram/Quetiapine kombinálása vagy a Methylphenidate (Vasquez-Medina, Pezoa-Jares, & Espinoza-Luna, 2012).

A terápiás kezelések azonban hosszútávon sokszor (a szélsőségek kivételével, mint katonai leszoktatók) a teljes absztinencia elérése helyett a kontrollált, egészséges használatot

tűzik ki célul (King, Delfabbro, & Griffiths, 2010a). Ezek a terápiás kezelések szem előtt tartják a viselkedési addikció keretrendszerét, mely szerint a tevékenység önmagában nem káros, egészen addig, míg az egyén funkcionalitása nem sérül általa. Ugyanakkor a terápia módját és célját, így akár a videojátékok használatának teljes abbahagyását is, a terápiában résztvevő személy egyéni és környezeti sajátosságaitól teszik függővé.

3. Összegzés és célkitűzések

A videojátékok kutatása több évtizedre tekint vissza: ahogy a játékok fejlődtek, és egyre népszerűbbé váltak, úgy a tudományos érdeklődés is igyekezett követni a fejlődésüket.

Ma már rengeteg kutatás foglalkozik azzal, hogy, hogy az egészséges és a problémás játékhasználat háttérében milyen pszichológiai faktorok állnak (egyéni vagy környezeti szinten). A jelenleg használt játékhasználati-zavar terminológiák (American Psychiatric Association, 2013; World Health Organization, 2019), mint az internetesjáték-használati zavar (DSM-5) és a játékhasználati-zavar (BNO-11) azonban továbbra is vita tárgyát képezik.

A játékhasználati-zavar, mint jelenség megragadása nagyon nehéz, hiszen egy olyan tevékenységről beszélünk, mely önmagában egészséges, amennyiben a játékos életébe kontrolláltan, keretek között, életének többi tevékenységéhez adaptálódik.

A szakma oldaláról több szempontból érkezett kritika a játékhasználati-zavar diagnosztikus kritériumaival kapcsolatban (King & Delfabbro, 2013; Ko és mtsai, 2014; Nielsen & Karhulahti, 2017; Pies, 2009; Starcevic, 2016). Továbbra is vita tárgyát képezi, hogy a játékhasználati-zavar önálló zavar-e vagy más pszichés zavar másodlagos zavaraként jön létre (Blaszczynski, 2006; Dowling, 2014; King & Delfabbro, 2016; Shaffer és mtsai, 2000; Wood, 2008).

A játékhasználati-zavart leíró tünetek/kritériumok nehezen választhatók el egymástól. Ezek a kritériumok olyan játékosokat is azonosíthatnak akár hamis pozitív esetként, akik alapvetően egészségesen, de elkötelezetten és intenzíven használják a játékokat (Billieux és mtsai, 2015; Griffiths, 2010b; Király, Tóth, és mtsai, 2017). Az elkötelezett játékosok azonosításával kapcsolatos kutatások jelenleg kevés figyelmet szentelnek a játékos közösségen belül a professzionális versenyzőknek, holott az e-sportot, vagyis a versenyszerű videojáték-használatot egyre kevésbé lehet mind gazdaságilag (eNet, 2017, 2019; Newzoo,

2017, 2019; Pintér, 2018), mint társadalmilag (pl., sporttevékenységként elismerése; Hallmann & Giel, 2018; Hewitt, 2014; Witkowski, 2009) figyelmen kívül hagyni a 2020 végére becsülten a körülbelül 385 millió főre növekvő globális e-sport befogadó közösségével.

Azok a kutatások, melyek az e-sportot a játékhasználati-zavarral összefüggésben vizsgálják, egymásnak ellentmondó eredményekre jutottak. Egyes kutatások az e-sport egészségügyi és szociális kockázatára hívják fel a figyelmet (Chung és mtsai, 2019) és a játékhasználati-zavar kialakulásában komoly szerepet tulajdonítanak neki, addig más tanulmányok az egyes játékhasználati-zavar kritériumok félreérthetőségére mutatnak rá az e-sport kontextusában (Nielsen & Karhulahti, 2017). Néhány vizsgálattal megkezdődött a versenyszerű és rekreációs játékhasználat közötti különbségek feltárása is, segítve a különböző játékhasználati stílusok és a játékhasználati-zavar hátterében álló mechanizmusok jobb megértését (Bányai és mtsai, 2019; Bányai és mtsai, 2020; Hamari & Sjöblom, 2017; Himmelstein, Liu, & Shapiro, 2017; Kim & Thomas, 2015; Lee & Schoenstedt, 2011a; Lee, An, & Lee, 2014; Martončík, 2015; Seo, 2016; Weiss, 2011).

Disszertációm fő célkitűzése a játékhasználati-zavarral kapcsolatos meglévő szakirodalom további bővítése az e-sportra jellemző intenzív játékhasználat és a játékhasználati zavar közti feltételezett kapcsolatot feltárásával. A jelenség jobb megértéséhez szükségünk van rá, hogy a különböző játékhasználati stílusokat mélyebben megismerjük, ennek fényében az első, disszertációmban szereplő vizsgálat egy szisztematikus szakirodalmi összefoglaló, melynek célja:

1. Azon empirikus kutatások eredményeinek az összefoglalása, melyek specifikusan az e-sportot (vagyis a professzionális versenyszerű videojátékot) vizsgálják pszichológiai aspektusból.

Az irodalmi összefoglalóban bemutatott kutatási eredmények alapozzák meg a disszertációm további három vizsgálatát, melyekkel a már meglévő tanulmányok körét kívántam szélesíteni és új szempontokat behozni. Az empirikus kutatások egy adatbázis almintáit elemzik. Az adatfelvételre 2016 november-december hónapokban került sor. A résztvevőket a GameStar

videójátékokkal foglalkozó magazin online felületein keresztül toboroztuk, vagyis egy elkötelezett játékosokból álló mintát gyűjtöttünk.

A második tanulmány összefügg azokkal a korábbi, játékhasználati-zavart vizsgáló kutatásokkal, melyek elsősorban játékműfajok (pl. szerepjátékok vs. lövöldözős játékok) alapján bontották a játékosokat összehasonlítható csoportokra (Demetrovics és mtsai, 2011; Király, Urbán, és mtsai, 2015; Lemmens és mtsai, 2011; Nagygyörgy és mtsai, 2012; Rehbein és mtsai, 2010), viszont a játékhasználatban (e-sport vs. rekreációs) nem tettek különbséget. A második vizsgálatnak két célkitűzése volt:

2. Összehasonlítani az e-sportoló és a rekreációs játékosokat a játék-használati jellemzőik, a problémás játékhasználat, a játékmotivációk és a pszichiátriai tünetek mentén.
3. Megvizsgálni a játékmotivációk pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közötti közvetítő (mediáló) szerepét hobbijátékosok és e-sportolók körében, arra keresve a választ, hogy a játékhasználat típusa megkülönbözteti-e a motivációk mediációs mechanizmusait az egyes csoportokban.

A disszertációmban bemutatott harmadik vizsgálat ugyancsak a játékhasználati-zavarra fókuszált, ezúttal a megküzdési stratégiák és az e-sport, mint játékhasználati stílus moderáló szerepét központba helyezve. Számos korábbi kutatás vizsgálta a megküzdési stratégiák szerepét a játékhasználati zavar kialakulásában és meglétében, együttjárást találva a maladaptív /nem megfelelő (diszfunkcionális) megküzdési módokkal (Paulus és mtsai, 2018), mint a tagadás, az elhatárolódó viselkedés (Schneider és mtsai, 2018), a médiával összefüggő megküzdés, a figyelemelterelés, az önmagunk hibáztatása (Dreier és mtsai, 2017; Milani és mtsai, 2018; Rosenkranz és mtsai, 2017) a katasztrófizálás, valamint a rumináció (Kököneyi és mtsai, 2019). Emellett komplex modellek alapján úgy tűnik, hogy nagyobb stressz megélése esetén, illetve a pszichiátriai problémák magasabb szintű jelenléte összefügghet a maladaptív megküzdési stratégiákkal és előrejelezheti a játékhasználati-zavar kialakulását (Kuss, Dunn, és mtsai, 2017; Li és mtsai, 2016; McNicol & Thorsteinsson, 2017).

Másrésről az e-sport, mint játékhasználati stílus vizsgálatára is sor került. Egyes kutatások az e-sportot és egyúttal az intenzív játékhasználatot (a problémás játékhasználatot tévesen azonosítva) feltételezik, hogy egészségügyi kockázatot jelentenek a játékhasználati zavar kialakulásában (Chung és mtsai, 2019). Így a harmadik tanulmányunk két célkitűzése volt:

4. Annak vizsgálata, hogy a különböző megküzdési módok moderálnak-e a pszichés distressz és a játékhasználati zavar között, abban az esetben, ha a játékosok a maladaptív vagy az adaptív megküzdési módokat alkalmazzák gyakrabban.
5. Annak a vizsgálata, hogy a játéktevékenység típusa (rekreációs vs. e-sport) moderálja-e a kapcsolatot a pszichiátriai tünetek megléte és a játékhasználati zavar között?

A disszertációm negyedik, egyben utolsó vizsgálata olyan értelemben szakít az előző két empirikus vizsgálat szemléletével, hogy nem a játékhasználati-zavar kialakulásának hátterét és az e-sporttal való kapcsolatát vizsgálja különböző pszichológiai faktorok mentén. Az utolsó kutatás a profi e-sportolóvá váló játékosok karriertervezését, profi versenyzővé válásának folyamatát tárta fel.

A korábbi kutatások felhívták a figyelmet arra, hogy azok a játékosok, akik az e-sportolóvá válás útjára lépnek, mind identitásukban, mind a játékhasználatához fűződő motivációikban változáson mennek át, adaptálódva a hiperkompetitív környezet elvárásaihoz (Kim & Thomas, 2015; Seo, 2016). Az egyes fejlődési szakaszokban az e-sportolókat eltérő mértékű és minőségű stressz éri, és egyre magasabb szintre jutva a ranglétrán egyre nagyobb teljesítmény-nyomás nehezedik rájuk, amellyel a (belső) játékmotivációk segíthetnek megküzdni. A negyedik vizsgálat célja:

6. Az e-sportolói karriertervezés motivációs prediktorainak feltárása, azaz annak a vizsgálata, hogy a különböző játékmotivációk hogyan függnek össze, hogyan jelzik előre az esportolók karriertervezését.

Összefoglalva, a jelen disszertációban szereplő kutatásokkal egyrészt az e-sport pszichológiai hátterével foglalkozó kutatások körét szeretném bővíteni. Az eredmények a

gyakorlatban is implikálhatóak az e-sportolók mentális egészségének megőrzése és fejlesztése terén. Másrészt új szempontokat is szeretnék bemutatni a szakma számára, amelyeket érdemes lehet figyelembe venni a játékhasználati-zavar meghatározásának és további vizsgálatának a során. A következő fejezetek a most bemutatott kutatási kérdésekre választ adó vizsgálati eredményeket foglalják magukban az imént bemutatott sorrendben.

4. Az e-sport pszichológiája: Szisztematikus szakirodalmi összefoglaló⁴

4.1. Bevezető

A videojátékok használata az egyik legnépszerűbb rekreációs tevékenységgé vált napjainkban, nem csak a gyerekek és a serdülők körében, hanem a felnőttek is egyre nagyobb arányban képviseltetik magukat a videojátékosok körében (Entertainment Software Association, 2017).

Mára a videojátékok használata elkezdett professzionalizálódni, és a játékosok egy kisebb csoportja a kompetitív játékvilágon belül elkezdett a kompetitív játékvilágon belül karriert kiépíteni magának. Ezt az újfajta videojáték-használatot nevezzük e-sportnak (electronic sports). Az e-sport mint jelenség nem csak egy teljesen új területe a videojátékos kultúrának, de egyre nagyobb népszerűsége szert téve a játékos közösségen belül (elsősorban a fiatalabb játékkedvelők körében) meghatározó elemévé válik a videojátékos kultúrának.

Magának az e-sport fogalmának nincs egy egységesen nincs konszenzuális definíciója, viszont az eddigi fogalmi meghatározások hasonló karakterisztikákat ragadnak meg. Ma és munkatársai (2013) felhívják például a figyelmet arra, hogy különbséget kell tennünk e-sportoló és hobbijátékosok (casual) között. Az e-sportoló az ő fogalmi meghatározásuk alapján egy professzionális játékos, aki a versengés céljából játszik, semmint a szórakozásért vagy a kikapcsolódásért, és munkaként definiálja magát a videojáték-használatot. Ezzel szemben a hobbijátékosok önmaguk szórakoztatására, feszültséglevezetésként, lazításra vagy szórakozásra használják ezt a médiumot (Ma és mtsai, 2013).

Wagner (2006) egy ennél sokkal részletesebb definíciót fogalmazott meg az e-sportról: „Az esport a sporttevékenységek egy olyan területe, ahol a résztvevők az információs-kommunikációs technológiai eszközök használatával fejlesztik és edzik mentális és fizikai képességeiket” (Wagner, 2006, 199. oldal). Egy ennél is pragmatikusabb megfogalmazás szerint az esport „egy olyan ernyőfogalom, amely körülírja a videojátékokban zajló szervezett, szankcionált versenyzést, leggyakrabban egy videojátékos bajnokság (tournament) keretein belül” (Whalen, 2013, 23. oldal). Összességében, a felsorolt definíciók

⁴ A fejezet a Bányai, F., Griffiths, M. D., Király, O., & Demetrovics, Z. (2018). The psychology of esports: A systematic literature review. *Journal of Gambling Studies*, 35(2), 351-365. cikk fordított változata kisebb módosításokkal.

az e-sportot egyrészt egy alternatív sport tevékenységként, másrészt a videojátékok egy speciális használati módjaként határozzák meg (Adamus, 2012).

Nem véletlen, hogy a definíciók megfogalmazása mellett számos kutató próbálja elméleti síkon összehasonlítani az e-sportot más, hagyományos sportágakkal, hasonlóságot feltételezve ezen sporttevékenységekkel (Adamus, 2012; Taylor, 2012; Wagner, 2006).

Guttmann (2004) és Suits (2007) tanulmányai alapján, melyek azt taglalják, milyen jellemzői alapján lehet egy tevékenységet sportnak nevezni, úgy tűnhet, hogy az e-sport is nevezhető hivatalosan sportnak. A versenyszerű videojáték egyrészt magában foglalja a játékot (vagyis önkéntes, intrinzik motivációk által hajtott tevékenység), ugyanakkor az e-sport események szervezettek és szabályok mentén bonyolítják le őket, a versenynek ugyanúgy vannak győztesei és vesztesei. Emellett megfelelő képességekre (skill) van szükség, hogy valaki részt vehessen a versenyben (Guttmann, 2004; Suits, 2007). Amellett, hogy az e-sport tartalmazza ezeket a sportokra jellemző karakterisztikákat, hatalmas követőbázisa is van. Az e-sportok iránt érdeklődő nézők online streaming platformokon (mint a Twitch vagy a YouTube) tudják követni a neves bajnokságokat. Továbbá, az e-sport versenyek online vagy offline eseményekként is megrendezésre kerülhetnek (Local Area Network, LAN), ezutóbbi esetében akár arénákat is meg tudnak tölteni az adott e-sport játék iránti rajongók, miközben a profi játékosok a helyszínen élőben játszanak. Az e-sport bajnokságokhoz – mint bármely más sporteseményekhez – hozzátartozik a sportkommentátori jelenlét, nézőközönség, nyeremények és díjak, valamint a szponzorok, akik az eseményt vagy csapatokat támogatják (akár konkrét eszközökkel, mint számítógépek, kivetítők, versenyzői mezek, vagy a nyeremény pénzalapját biztosítják) (Adamus, 2012; Jenny, Manning, Keiper, & Olrich, 2016; Jonasson & Thiborg, 2010; Lopez-Gonzalez & Griffiths, 2016).

Taylor (2012) saját kutatásaiban például kiemeli, hogy az e-sport bajnokságok szabályai, a rendszer, maga a játék, a bírók és az adás közvetítése hasonló lehet a hagyományos sportokhoz, és a profi e-sportolóknak is hasonló felkészültséggel kell rendelkezniük és hasonló szintű gyakorlást várnak el tőlük, mint a profi atlétáktól. Mentális és fizikai felkészültségben is hasonló követelményeknek kell megfelelnie egy hagyományos és egy e-sportoló versenyzőnek a profi ligában.

Jenny és munkatársai (2016) kiemelnek két jellemzőt Guttman (2004) sport definíciójából, amely további figyelmet érdemel, ha az e-sportot is sporttevékenységnek szeretnénk definiálni. Szemben a hagyományos sportokkal, az e-sportok esetében nincs fizikai teljesítmény, ez azonban kritériuma a sporttevékenységeknek Guttman (2004) meghatározása alapján. Ugyanakkor fizikai sportok esetében sem feltétlenül fordul elő, hogy a versenyző egész testét használja, hanem bizonyos testrészeit, mint például a darts és snooker játékosok vagy lövészek. Ennek okán az e-sportot sem lehetne kizárni a sporttevékenységek közül. A másik megkérdőjelezett kritérium az e-sport szervezet stabilitása. Ez azt jelenti, hogy az e-sportnak is szüksége van centralizált szabályrendszerre és előírásokra, hogy stabil rendszerként működjön (Jenny és mtsai, 2016). A centralizált szervezeti szabályozást megnehezíti az, hogy számos videojáték műfaj van, melyek e-sport játékokat adtak (pl. lövöldözős, MOBA, kártyajáték, stratégiai játékok) és a játékok jogai egy-egy játékfejlesztő cég kezében vannak, akik egyedi módon szabályozhatják a versenyeket is.

Ugyanakkor van már kezdeményezés az egységes szabályozásra: érdemes megemlíteni a legnagyobb globális szintű e-sport szervezetet, a nemzetközi E-sport Szövetséget (International e-Sports Federation, IeSF). Az IeSF nemzetközi szinten tevékenykedik, céljuk az, hogy az e-sportot professzionális sporttevékenységként ismertessék el a sportszövetségekkel. Emellett az IeSF intézményesen lerakja az alapját az e-sport szervezeti egységének és segíti az intézményi stabilitás megteremtését. Ugyanakkor továbbra is kérdésként lebeg a sportvilág szeme előtt, hogy az e-sportot egyenértékűnek tekintsék-e a többi, hagyományos sportággal.

A videojátékokhoz kötődő motivációs mintázatok is egy olyan fontos témakör, amely segíthet az e-sport jelenségének megértésében. Ez egyrészt azért is fontos, mert a mai játékosok már nem csak hobbiként űzhetik a videojátékokat, hanem karriert is építhetnek bennük (Griffiths, 2017). Az e-sport így a játékkal kapcsolatos motivációkat is képes lehet potenciálisan megváltoztatni, tekintve, hogy egyre több játékos kezd el versenyszerűen e-sportolni vagy streamer karriert építeni. Számos kutató foglalkozott már a videojátékokhoz kapcsolódó motivációkkal (elméleti háttérük és vizsgált játékműfajok eltértek), több empirikus kutatás mutatott rá arra, hogy vannak általános játékos motivációk, ami jellemezheti a videojáték használókat.

Például Vorderer és munkatársai (2000; 2003) kutatásaik alapján a játékok meghatározó elemei az interaktivitás és a versengés, melyek a játékos motivációkra is hathatnak. Az interaktivitás lehetőséget teremt a játékosok számára, hogy kommunikáljanak és együttműködjenek másokkal az online térben, míg a versengéssel a játékosok egymással tudják összehasonlítani magukat és a képességeiket. Sherry és munkatársai (2010; 2006) általános és középiskolás diákok körében kutatták a játékmotivációkat, és azt találták, hogy ezen játékosok körében az arousal (izgalom, feszültség), kihívás, versengés, figyelemelterelés, fantázia és a társas interakciók a meghatározó motivációk, amelyek megélésének céljából ezek a fiatal játékosok szívesen játszanak. A fiatal, 5. osztályosok körében a versengés és a kihívás volt leginkább motiváló, míg az idősebbek körében (8. és 11. osztályosok) a kihívás mellett a társas kapcsolatok, az arousal és a figyelemelterelés jelent meg erősebb motivációként.

Yee (2006a, 2006b) az MMORPG (sokszereplős online szerepjáték) játékműfajon belül vizsgálta a játékosok motivációit. Három nagy motivációs kategóriát különített el, melyekbe további „almotivációk” tartoznak. A teljesítmény fő motiváción belül azonosította a fejlődés, a mechanika és a versengés motivációkat. A társas motivációk közé tartozik a szocializáció, kapcsolatok teremtése és a csapatmunka, míg az elmerülésbe beletartozik a felfedezés, szerepjáték, testreszabás és menekülési iránti motiváció (Yee, 2006a, 2006b).

Az Online Játék Motiváció Kérdőív (Motivation of Online Games Questionnaire, MOGQ), melyet Demetrovics és munkatársai (2011) fejlesztettek, egy sokkal általánosabb, játékműfajtól független módon térképezi fel a játékmotivációkat. Demetrovics és munkatársai (2011) a korábban is bemutatott empirikus kutatásokhoz hasonló motivációkat azonosítottak, mint menekülés, megküzdés, fantázia, képességfejlesztés, rekreáció, versengés és szociális.

A fentebb bemutatott motivációs modellekben több közös karakterisztika is felfedezhetünk, ezek közül az egyik esszenciális elem a versengés motiváció. Azok a játékosok, akik profi e-sportolónak azonosítják magukat, valószínűleg magasabb versengés motivációval rendelkezhetnek, de más motivációk mentén is eltérhetnek az amatőr e-sportolóktól vagy a hobbijátékosoktól.

Az e-sport népszerűsége ellenére nagyon kevés olyan empirikus kutatás van, amely a professzionális e-sportolók pszichológiai profilját vizsgálja. Továbbá eddig nem született

még olyan szakirodalmi összefoglaló azon pszichológiai empirikus tanulmányokról, mely az e-sportolókat vizsgálja. Így disszertációm első kutatásaként szeretném bemutatni az alábbi szakirodalmi összefoglalót, melynek célja azon empirikus kutatások eredményeinek az összefoglalása, melyek specifikusan az e-sportot (vagyis a professzinális, versenyszerű videojátékozást) vizsgálják a pszichológiai megközelítésből.

4.2. Módszerek

Jelen kutatás célja az volt, hogy összegyűjtse és összefoglalja azon empirikus tanulmányokat, melyek az e-sport pszichológiai kutatásával foglalkoznak és 2000-2017 között kerültek publikálásra. Az áttekintett adatbázis 2000 januárja és 2017 július között megjelent műveket tartalmazta. A megfelelő tudományos anyagok beazonosítása során több adatbázisban történt keresés, köztük a *Google Scholar*, a *Science Direct*, a *PubMed*, és a *Web of Knowledge* felületein. A keresőmotorokban az alábbi kulcsszavak mentén gyűjtöttük össze a találatokat: ‘esport video gam*’; ‘professional gam*’; ‘pro gam*’; ‘competitive video gam*’; ‘esport competitive video gam*’; ‘sport video gam*’ és ‘professional video gam*’.

A publikációk kiszűrésekor nem csak a címüket vettük alapul, hanem az absztraktok tartalmát is (amennyiben az elérhető volt). Ennek több szempontból is jelentősége volt. Egyrészt a publikációk címeinek hossza sok folyóiratban limitált, ezért előfordulhat, hogy nem említik specifikusan az e-sport kifejezést. Másrészt az e-sporttal foglalkozó tudományos cikkek szerzői között nincs konszenzus az e-sport egységes megnevezésével kapcsolatban sem (pl. versenyszerű videojáték, pro játékosok, e-atléták) és abban sem, hogyan írják helyesen (pl. eSport, esports, e-sport).

Végül összesen 30 tudományos művet sikerült kiszűrni a szisztematikus szakirodalomkeresés során. Ugyanakkor több, előre meghatározott kritériummal dolgoztunk, melyek alapján bizonyos tanulmányokat ki kellett zárni a végleges elemzésből. Azon tudományos művek kerültek így be a szakirodalmi összefoglalóba, melyek angol nyelven íródtak, peer-reviewed nemzetközi tudományos folyóiratban publikált empirikus kutatások eredményeit tartalmazták. Ennek következtében 22 e-sporttal foglalkozó, de a kritériumnak nem megfelelő alkotást kellett kizárni: nem-empirikusak (n=11), konferencia előadás összefoglaló vagy tézis (n=8), vagy nem csak specifikusan e-sporttal foglalkozott (n=3). Végeredményként így összesen 8 olyan empirikus tanulmány került beválogatásra a

szakirodalmi összefoglalóba, melyek megfeleltek a kritériumnak (lásd. *6. táblázat: E-sport fókuszú pszichológiai tanulmányok összefoglaló táblázata*).

6. táblázat: E-sport fókuszú pszichológiai tanulmányok összefoglaló táblázata

	Tanulmány	Ország	Minta	Módszertan	Statisztikai eljárás	Kutatás fő célkitűzése(i)
1	Lee és Schoenstedt (2011)	USA	515 egyetemista hallgató és sporteseményen résztvevő	Kényelmi mintavétel. Az adatokat sportmenedzsmenethez kapcsolódó egyetemi kurzusokon és a kampusz atlétikai eseményein gyűjtötték.	Többszörös regressziós elemzés	Hagyományos sportok és e-sport játékmintázatainak összehasonlítása, hogyan involválódnak a játékosok az adott tevékenységbe és milyen motivációk hatnak az e-sporttal töltött időre.
2	Weiss és Schiele (2013)	Németország	360 e-sport játékos	Önkitöltős kérdőívet vettek fel a 2008. novemberében Kölnben megrendezett <i>World Cyber Games</i> (WCG) eseményen.	Többszörös regressziós elemzés, csoportösszehasonlítás (t-próba, F-próba) és Átlagos Variancia Kivonás (Average Variance Extracted; AVE)	A Használat-kielégülés elmélet alapján azon kompetitív és hedonikus szükségleteket térképezték fel, amelyek az e-sport használatra hatnak.
3	Lee, An, és Lee (2014)	Dél-Korea	103 e-sport néző	Önkitöltős kérdőív, melyet a 2013-as League of Legends World Championship Finals alatt töltöttek ki a résztvevők a Yongsan e-Sports Stadionban (2013. október 5.)	Korrelációs és többszörös regressziós elemzés	Motivációk feltárása, miért nézik e-sport események (specifikusan League of Legends) közvetítéseit a játékosok. Továbbá ezek a motivációk hogyan hatnak a nézők elégedettségére.

4	Martončík (2015)	Szlovákia, Csehország	108 játékos hobby játékos és 54 (casual) játékos	e-sport (casual)	Önkitöltős kérdőív, melyet e-mailben vagy direkt a játékon belüli üzenetküldő rendszeren keresztül juttattak el a kitöltőknek	Csoport összehasonlítás (ANOVA, független mintás t-próba)	Motivációs különbségek, életcélok kiteljesedésében feltételezett különbségek feltárása játékos alkategóriák között, különös tekintettel egyéni és csapatjátékosok, csapatvezetők és csapattagok, e-sportoló és hobbijátékosok alcsoportokban.
5	Kim és Thomas (2015)	Dél-Korea	9 e-sport játékos, 2 csapat edző, 2 csapat manager, 1 pszichológus tanácsadó		Résztevőkkel készített egyéni interjúk (StarCraft játékosokkal, edzőkkel, vezetőkkel és a pszichológus tanácsadóval külön)	Interjúk elemzése a megalapozott elméleti módszer (grounded theory) (Glaser & Strauss, 1967) nyomán	Szakasz modell fejlesztése, mely a profi e-sportolók motivációs mintázatát (extrinzik és intrinzik), céljait és tanulási stílusát foglalja magában, mialatt egy játékos profi versenyzővé válik.
6	Seo (2016)	Dél-Korea, USA, Ausztrália, Új-Zéland	10 játékos	e-sport	(i) terepkutatás keretein belül egy igai, offline e-sport versenyen résztvevők megfigyelése (Dél-Korea, USA, Ausztrália, Új-Zéland), (ii) 10	Tematikus tartalomelemzés Thompson (1997) hermeneutikus értelmezési keretrendszere alapján	Az e-sport játékok használata mögött álló fogyasztói motivációk feltárása, mi teszi ezt a tevékenységet attraktívvá, hogy számos fiatal karriert szeretne teremteni benne.

félig-strukturált
fenomenológiai
interjú e-
sportolókkal

Fókuszáltan próbálja
feltérképezni a
karrierépítés okait és
az e-sportoló identitás
kialakulásának
lépéseit.

7	Hamari és Sjöblom (2017)	Nem specifikált / Nemzetközi	888 e-sport néző	Önkitöltős kérdőív, az adatokat online fórumokon és e-sporthoz kapcsolódó Reddit, Twitter, Facebook, vagy ehhez hasonló közösségi oldalakon és csoportokban gyűjtötték	Komponens-alapú Strukturális Egyenlet Modellezés (Component-based Partial Least Squares Structural Equation Modeling; PLS-SEM)	Motivációs háttér feltárása, hogy miért szeretnek sokan e-sport közvetítéseket nézni online.
8	Himmelstein et al. (2017)	USA	5 e-sport játékos	Félig-strukturált interjúk League of Legends (LoL) versenyzők körében.	Interjúk elemzése Elo és Kyngäs (2008) induktív és deduktív tartalomelemzési módszere alapján	Mentális skillek és lehetséges akadályok azonosítása, melyek befolyásolhatják az e-sportolók teljesítményében megfigyelhető javulást.

4.3. Eredmények

A szakirodalmi összefoglalóba bekerülő empirikus cikkek (n=8) az alábbi három témakört ölelték fel, mely az e-sport pszichológiai vonatkozásával foglalkozik:

1. Hogyan válik egy játékos e-sportolóvá: milyen identitásbeli, motivációs, tanulási stílusbeli változáson megy keresztül, hogy profivá váljon.
2. Az e-sportolók karakterisztikája: mentális képességek, motivációs mintázatok vizsgálatával foglalkozó cikkek kerültek ebbe a témakörbe, melyek megkülönböztethetik a versenyző játékosokat a hobbijátékosoktól.
3. E-sport nézők jellemzői: e-sport versenyek attraktivitása, nézői motivációk tartoznak ebbe témakörbe.

4.3.1. Hogyan válik e-sportolóvá egy játékos?

Seo (2016) tanulmányában egyrészt arra koncentrált, hogy az e-sport fogalmát különböző aspektusokból ragadja meg, és ez alapján próbálja értelmezni magát a jelenséget, miszerint a versenyszerű videojáték-használat szórakozás vagy munka (esetleg mindkettő egyszerre). A vizsgálatába tíz profi e-sportolót vont be, akik számos nemzetközi versenyen vettek részt. A kutatás a velük folytatott mélyinterjúk tartalomelemzéséből születtek meg. Seo (2016) három kutatási kérdésre kereste a választ: (1) az e-sport játékok használatának háttérében szerette volna azonosítani azokat az elemeket, amelyek miatt a játékosok karriert terveznek a játék használatával kapcsolatban, (2) maguk a játékosok miért akarnak professzionális e-sportolóvá válni, valamint (3) a profivá válás folyamata során milyen identitás-változásokon mennek keresztül a játékosok, hogy profi e-sportolói személyiségük kialakuljon és a játék életük és identitásuk szerves részét képezze. Seo (2016) Stebbins (1982) definíciójából “komoly szórakozásnak” (‘serious leisure’) nevezte az e-sportot, mert, mert a profi e-sportolók által végzett tevékenységet a szórakozás és a munka spektrumán a kettő között lehetne elhelyezni. A komoly szórakozás egyfajta átmenet, mert magában hordozza azokat a spontán, amatőr és szórakoztató elemeket, amelyeket egy rekreációs tevékenység, de közben a komolysága miatt az adott tevékenységet végző énképe személy, identitása fejlődik.

A kérdezett játékosok szerint a mesteri szintre fejlesztett képességeik ünneplése volt talán az egyik legfontosabb, amely miatt szimpatikus számukra az e-sport, mint karrierlehetőség. Emellett a profi játékosok interjúi alapján érdemes kiemelni, hogy az őket övező hírnév és

tekintély mellett a karrierválasztásban fontos szempontok lehetnek, hogy az egyén e-sportolóként megélheti, hogy egyenrangú félként, tisztelettel és igazságosan kezelik és fejlesztheti önmagát. Ez megmutatkozhat magában az e-sport események szabályaiban, abban, hogyan kezelik a játékosokat ilyen professzionális körben, és abban, hogy milyen normái és szabályai vannak az e-sport irányításáért felelős cégeknek, szervezeteknek és szövetségeknek.

Seo (2016) kutatása alapján látható, hogy az e-sportolók eltökéltek voltak, hogy karriert teremtsenek az e-sport szcénán belül. Az „útjuk” során a magas önbizalmat, kimagasló teljesítmény és társas elfogadottság érzését is megélhették. Habár a versenyszerű videojátékot komoly szórakozásnak definiálhatjuk, a profi játékosok mégis arról számoltak be, hogy a „munkájuk” továbbra is sok szempontból szórakozás, és ők maguk is motiváltak arra, hogy pusztán a játék saját örömszerző mivolta miatt játsszanak.

A profi játékosok identitás kialakításának lemodellezéséhez Seo Campbell (1965) „a hős útja” elnevezésű narratív modelljét használta fel. A „hős útjának” különböző fázisaihoz hasonlította az e-sportolói identitás kialakulását, amelyben a profi e-sportolóvá válók a mesék sárkányölő hőseihez hasonló szakaszokon kell, hogy átessenek/felülemelkedjenek. Az első szakasz a „*kaland hívó szava*”. Ekkor a játékosok még csak egyszerű rekreációs tevékenységként fogják fel a videojáték-használatot, már ismerik a „mainstream” (nagy általánosságban) játékos közösséget, és a játék önmagában szórakoztatja őket. Innen érkeznek el a kitaratók a második, úgynevezett „*megpróbáltatások útja*” szakaszba. Ekkor megkezdődik az egyén átalakulása e-sportolóvá. Például ebben a fázisban a játékosok elkezdenek specializálódni: egy-egy játékban/ játékbeli szerepben/ mechanikában elmélyíteni tudásukat és fejleszteni képességeiket. A játékkal kapcsolatos attitűdjük is megváltozik, és egyre gyakrabban játszanak gyakorlásként (nem pedig önmaguk szórakoztatásáért). A végső szakaszban, vagyis amikor „*két világ mesterévé*” válnak, a profi játékosok e-sportolói identitása megszilárdul. Megtalálják a lehetőséget arra, hogy az újonnan kialakult e-sportoló identitásuk életük más, fontos részével összeköttetésbe kerüljön, beépüljön a globális énképükbe (Seo, 2016).

Kim és Thomas (2015) az előbb bemutatott tanulmányhoz hasonlóan azt a folyamatot kívánták feltárni, hogyan válnak a hobbijátékosok e-sportolóvá. A kutatópáros az aktivitás elmélet (Engeström, 1993, 1999; Engeström, Miettinen, & Punamäki, 1999) alapján próbált

egy olyan magyarázó modellt létrehozni, mely leköveti az e-sportolók motivációs mintázatában, céljaiban és tanulási stílusában bekövetkező változásokat szocio-kulturális szempontból, míg profivá válnak. Kim és Thomas (2015) fontosnak tartják kiemelni az e-sport definiálása során, hogy az egész jelenséget holisztikusan érdemes megvizsgálni. Nem csak az e-sportolókat, hanem a szponzorokat, rajongókat és az egész e-sport közösséget is be kell vonni az elemzésbe. Ezen a kiindulási alapon nyugszik a kutatópáros szakasz elmélet modellje ('stage theory model'), melyet e-sportolókkal (n=9), edzőkkel (n=2), csapat managerekkel (n=2) és pszichológiai tanácsadóval (n=1) folytatott interjúk alapján alkottak meg. A szakasz elmélet modellben öt fázist különíthető el egymástól, melyek az alapján határozhatóak meg, hogy az adott szakaszban milyen a játékosok teljesítménye és motivációs mintázata.

A kezdeti szakaszban, mely a „szórakozás/ élvezet szakasz” nevet kapta, azt a fázisát írják le az e-sportnak, amikor a játékosok tapasztalatlanok, rengeteg olyan feladattal találkoznak, amikkel korábban még sosem kellett megküzdeniük, viszont a játék önmagában szórakoztató és a tanulás, az új tapasztalatok szerzése könnyedén megy. A második, úgynevezett „szenvedés szakaszban” a játékosok tovább próbálják már tudatosan fejleszteni magukat, csiszolni képességeiket, csökken az intrinzik motivációjuk (vagyis hogy a játék önmagában szórakoztató és jutalmazó élmény). Akik ebben a második fázisban nem adják fel, kellően eltökéltek és fejlesztették kompetenciáikat, azok beléphetnek a harmadik, „teljesítő szakaszba”. Itt az e-sportolóknak már megvan a kellő tapasztalata és tudása az adott játékról, a tanulás erőfeszítése helyett újra élvezhetik magát a tevékenységet. Továbbá visszajelzést kapnak teljesítményükről saját eredményeiket, illetve a környezetük válaszait látva. Ez a pozitív, kiemelkedő teljesítményű szakasz hosszú távon nem marad fenn, és belépnek a „zuhanás/ pangás szakaszába”. Ez a 4. szakasz sok játékos számára átmeneti, melyből aktív lehetőség-kereső attitűddel, gyakorlással az úgynevezett „felépülés szakaszán” át vissza tudnak jutni a „teljesítő szakaszba” (3. szakasz).

A szerzők felhívják a modellel kapcsolatban a figyelmet arra, hogy a játékosok motivációs mintázata a szakaszok között változik, valamint az e-sportolók motivációi a hobbijátékosokétól eltér. Ez azt jelenti, hogy a modell magasabb szintjén lévő e-sportolók a játékra inkább munkaként tekintenek és erősödnek az extrinzik motivációik (pl., tisztelet, hírnév, díjak, jutalmak). Addig a kezdeti szakaszban elsősorban az intrinzik motivációk (pl.,

játék önmaga jutalmazó, önértékelés, egyéni fejlődés megélése) támogatják a feltörekvő kezdő játékosokat, hogy e-sportolói karriert teremtsenek maguknak (Kim & Thomas, 2015).

4.3.2. E-sportolók karakterisztikája

Himmelstein és munkatársai (2017) interjúkon alapuló kutatásának alapját öt e-sportoló beszámolója adta, akiket arra kértek, hogy nevezzék meg azokat a mentális skilleket és technikákat, melyek segítségével optimális teljesítményt képesek nyújtani ebben a hiperkompetitív közegben. A kutatás célkitűzése nem csak az volt, hogy feltárják azokat a sikerhez hozzájáruló mentális tényezőket, melyek az e-sportolók sikerességét befolyásolják, hanem azokat a gócpontokat is azonosítani kívánták, melyek akadályként jelenhetnek meg az optimális teljesítmény elérésében. Ahhoz, hogy a játékosok sikereket érjenek el e-sportokban:

1. Nagy szaktudásra van szükségük az adott játékról.
2. Stratégiai gondolkodással, gyors döntéshozási képességekkel kell rendelkezniük.
3. Motiváltak kell lenniük, hogy a kudarcok esetén is haladjanak tovább és fejlesszék magukat (pl. nem a múltbeli teljesítményük és vesztes meccseken gondolkoznak).
4. Mindennapi életüket képesek legyenek elválasztani a teljesítés időszakától. Tehát ez lényegében a munka-magánélet összehangolását jelenti.
5. Tudatosan el tudják kerülni, hogy a figyelmük elterelődjön és fókuszáltak maradjanak.
6. Adaptív megküzdési módokkal tudjanak fellépni a versenyhelyzetből, erősen versengő környezetből származó sértésekkel, atrocitásokkal, akár zaklatásokkal szemben is.
7. Pozitív, fejlődés fókuszú gondolkodás- és szemléletmóddal (growth mindset) rendelkezzenek (pl. pozitív attitűd).
8. Mentálisan és fizikailag is „melegítsenek be” a verseny/ mérkőzés előtt, amely segíthet a teljesítményük javításában.

Ezenkívül megjelent az e-sportolókkal folytatott interjúkban az is, hogy az optimális teljesítmény eléréséhez a játékosok számára elengedhetetlen, hogy adaptálódjanak az ellenfelekhez, megfelelő módon kommunikáljanak a csapattársaikkal és bízzanak a saját képességeikben. Továbbá, segíti a sikerességüket az is, ha képesek magukat és a csapatukat

fejleszteni (pl. egyéni edzéseket, training alkalmakat alakítanak ki maguknak, elemzik korábbi játékmenetüket), vagy rövid/hosszútávú célokat tűznek ki maguk és a csapatuk elé.

Himmestein és munkatársai (2017) emellett az akadályozó tényezőket is azonosították, melyek az egyén teljesítőképességével összefüggő tényezők. Például az önbizalom problémák, nem megfelelő/maladaptív megküzdési stratégiák a szorongással szemben, múltbéli teljesítmény (sikerek és kudarcok egyaránt), zaklatás, nem megfelelő vagy hiányos egyéni és csapatszintű fejlődés (pl. megfelelő szaktudás a játékról, csoportdinamika, csapat kommunikációja vagy egyéni képességek), valamint nem tudják a játékosok kellően elválasztani a „munkát” vagyis versenyzést a magánélettől.

A további, e-sportolók jellemzőiről szóló empirikus kutatások más nézőpontból vizsgálták a versenyző játékosokat és elsősorban a motivációs háttérre helyezték a hangsúlyt. A következőkben bemutatott három, ebben a témakörben született motivációs kutatás eltérő elméleti alapon nyugszik.

Donghun Lee és Schoenstedt (2011b) több mint 500 egyetemistát és sporteseményen résztvevő fiatalot vizsgált, összehasonlítva azt, hogy akik e-sportolnak vagy hagyományos sporttevékenységet folytatnak, hasonlóságot mutathatnak motivációik mentén. Kutatásukat a használat-kielégülés elméletére (Katz, Blumler, & Gurevitch, 1973) alapozták, illetve az erre a modellre építő videójátékos motivációkat vizsgáló kutatásokra (Kim & Ross, 2006; Lee, Cheon, Judge, Shin, & Kim, 2012; Sherry és mtsai, 2006). Ezen korábbi kutatásokból kiindulva Lee és Schoenstedt (2011b) több, e-sporthoz kapcsolódó motivációt gyűjtött össze: társas interakciók, fantázia, sporttal való azonosulás, diverzitás, versengés, szórakoztatás, meglévő sporttal kapcsolatos tudás hasznosítása/ gyakorlatba ültetése, arousal/feszültség/izgalom, design és grafika, időtöltés, kontroll, képességek fejlesztése, teljesítmény és társak nyomása. A kutatási eredmények rámutattak arra, hogy a videójátékok személyes és a társas elemei fejtik ki a legnagyobb hatást arra, hogy a játékosok az e-sport iránt érdeklődnek. A legerősebb motivációk között szerepelt a társak nyomása és a képességek fejlesztése. Az eredmények alapján az is látható, hogy számos viselkedésminta jellemezte ugyanúgy az e-sportolókat és hagyományos sportágakat űzőket, többek közt az sporteseményeken való jelenlét és aktív részvétel, a sportközvetítések követése (különböző médiumokban egyaránt), online felületek használata, amely csak az adott sportághoz kapcsolódik (pl. fogadási oldalak, tabellák, elemzések) és az adott sporthoz/ csapathoz vagy sportolóhoz kapcsolódó termékek

(pl. ruházati kiegészítők, értéktárgyak, eszközök) vásárlása. Leginkább a tévés közvetítések és az online felületek használata esetén mutatták ki a kutatók a legnagyobb hatást, ami befolyásolhatja egy hagyományos vagy egy e-sport játék használatát, részvételi hajlandóságát is Lee és Schoenstedt (2011b) emellett azt találta, hogy a videojátékba való bevonódás, a rádión keresztüli sportesemények követése és a csapatokhoz kapcsolódó termékek vásárlása az e-sportolók körében kevésbé volt jellemző, mint a hagyományos sportok követőinél.

Egy másik elméleti megközelítésből nézve Weiss és Schiele (2013) 360 e-sportolóval készített kutatást, hogy demonstrálja, mely versengő és hedonikus szükségletek elégíthetők ki az e-sporttal. A kutatópáros a korábban bemutatott tanulmányhoz hasonlóan a használat-kielégülés modelljét vette alapul (Katz és mtsai, 1973). A tanulmány eredményei arra engednek következtetni, hogy az e-sport karrierlehetőséget biztosít a játékosok számára, hogy kielégíthessék vágyaikat, szükségleteiket a játékon belül, melyek akár általános videojátékos motivációk, vagy specifikusan versengéssel összefüggőek (Mäyrä, 2008; Phillips, Rolls, Rouse, & Griffiths, 1995; Sherry és mtsai, 2006; Yee, 2006a, 2006b). A versengés, kihívás és menekülés (eszképizmus) motivációkat azonosították legerősebb motivációként.

A menekülés motiváció nem e-sport specifikus, számos alap videojáték-motivációkat feltáró kutatás írja le. Az eszképizmus videojátékos kontextusban azt jelenti, hogy a játékos azért játszik, hogy a való életbeli problémái elől elmeneküljön, ne kelljen velük foglalkoznia legalább addig, amíg a játékeje tart. A menekülés megtörténhet úgy is, hogy a játékos egy adott karakter bőrébe bújik és általa megélheti a közösség elfogadását, támogató erejét is, amit a valóságban lehet, hogy nem kap meg, vagy nem mer érte tenni. Számos kutatás hozza összefüggésbe a menekülés motivációt a problémás játékhasználattal, (pl. Ballabio és mtsai, 2017; Bányai és mtsai, 2019; Demetrovics és mtsai, 2011; Király, Nagygyörgy, és mtsai, 2015; Yee, 2006a, 2006b), mely bizonyos esetekben kritikus eleme, prediktora lehet a nem megfelelő játékhasználat vagy játékhasználati-zavar azonosításának. Ebből a megközelítésből tekintve az e-sportolókra, a menekülés olyan motiváció lehet, mellyel saját karrierjüket, mentális egészségüket veszélyeztetik és előre jelezheti a problémás videojátékhasználatot.

Az e-sportolók karakterisztikájával foglalkozó harmadik kutatásban Martončík (2015) az e-sportolók életcéljaihoz köthető motivációit vizsgálta. Tanulmányában e-sportolókat (n=108) és hobbijátékosokat (n=54) hasonlított össze a mentén, hogy miért játszanak adott videójátékokkal (motivációk) és a játék hogyan elégíti ki az életcéljaikat. Martončík (2015) különbséget kívánt tenni e-sportoló és hobbijátékos között, egyéni és csapatjátékosok között, illetve a csapatvezetők és csapattagok között is. Vizsgálata során a GOALS hosszútávú életcélokat vizsgáló kérdőív (Pöhlmann & Brunstein, 1997) mutatóit használta (pl. intimitás, kötődés/valahová tartozás, altruizmus, hatalom, teljesítmény és figyelemelterelés), melyekben eltérhetnek a korábban felsorolt játékos csoportok életcéljai. A kötődés (pl. másokon segítség, intenzív társas kapcsolatok) és a figyelemelterelés (pl. izgalom, feszültség, újdonságok megélése) motivációk különböztették meg leginkább az e-sportolókat a hobbijátékosoktól. Az e-sport játékosok erősebb baráti kötetlét alakítottak ki a csapattársaikkal, és gyakrabban vettek részt közösségi eseményeken (pl. LAN versenyek). Továbbá azok az e-sport játékosok, akik vezetői voltak egy-egy e-sport csapatnak, jobban ki tudták elégíteni hatalom iránti vágyukat a játékon belüli vezető pozíció birtoklásával, mint azok a játékosok, akik nem voltak irányító szerepben.

4.3.3. E-sport nézők jellemzői

Az e-sport közösségbe nem csak az e-sportolók maguk, hanem a versenyek szervezői, szponzorok, e-sport kommentátorok és a nézőközönség is beletartozik (Adamus, 2012; Jenny és mtsai, 2016; Jonasson & Thiborg, 2010). Emiatt érdemes lehet a versenyeket nagy figyelemmel követő e-sport nézőket is megvizsgálni és az ő motivációikat is jobban megismerni, hogy az egész e-sport jelenséget jobban megérthessük.

Lee és munkatársai (2014) kutatásuk során 103 e-sport néző adatait vizsgálták, akik a 2013-as League of Legends World Championship Finals eseményén vettek részt. Lényegében ez a verseny az adott játék világbajnokságának döntője. Lee és munkatársai (2014) elsősorban a nézők motivációt vizsgálták és azt, hogyan hatnak ezek a motivációk a nézők elégedettségére. Az eredmények egyrészt rámutattak arra, hogy az e-sport nézők azért nézik a profik játékát, mert élvezik a drámai helyzetek kialakulását a meccsek során, csakúgy, mint a kommentárt és a játékosok játékát (képessegek/ skillek megfigyelése). A nézők

elégedettség érzéséhez elsősorban a csapatokhoz fűződő viszonyuk és kötődésük kiteljesedése, valamint a kommentár minősége járult hozzá.

Hamari és Sjöblom (2017) egy másik megközelítésből, de ugyancsak az e-sport nézők motivációit vizsgálta (n=888), hogy jobban megértsék, hogyan és miért specifikusan ezt a médiumot használják motivációik/szükségleteik kielégítésére a használat-kielégülés elmélete alapján (Katz és mtsai, 1973). A kutatók úgy közelítették meg az e-sportot, mintha egy hagyományos sportág iránti rajongást vizsgálnának, ugyanazon fogyasztási szokások és motivációk mentén. Az e-sport játékot megértéséhez szükség van a játékmecanikák ismeretére. Az esztétika iránti igény/ motiváció feltételezetten fontos lehet a sportközvetítések nézőinek (pl., látványelemek, a sport/játék attraktivitása, figyelemfelkeltő jellege), ugyanakkor Hamari és Sjöblom (2017) azt találták, hogy az esztétikai motiváció nem növelte az e-sport közvetítések nézési gyakoriságát. Ezzel szemben az újdonság iránti vágy (pl., új játékosok, csapatok megjelenése az e-sport szcénán belül) mérsékelt szinten összefüggött az e-sport fogyasztással. Az erőszak élvezete (pl., a játékosok ellenséges/agresszív viselkedését látni), a menekülés (pl., bizonyos médiatartalmakat fogyasztani, hogy az egyén elfelejtse/ elkerülje a való életbeli problémáit) és tudás/ismeret bővítése (pl. játékosoktól/capatoktól trükköket, játékstílust eltanulni, játékról új információkat gyűjteni, tanulni) pozitívan befolyásolta az e-sport tartalmak nézésének gyakoriságát.

4.4. Diszkusszió

Jelen kutatás azt a célt tűzte ki maga elé, hogy összefoglalja és szintetizálja azokat az empirikus, melyek az e-sportot pszichológiai aspektusból vizsgálják. Ugyanakkor, ahogy az eredmények alapján is látható, jelenleg csekély mennyiségű cikk foglalkozik az e-sport pszichés hátterével. A szakirodalmi összefoglaló alapján három nagy egységre lehet osztani az eddig megjelent művek témaköreit:

1. Az e-sport játékosok fejlődési útjának feltárása, hogyan válnak kezdő játékosból profi versenyzővé.
2. Az e-sport játékosok jellemzőinek vizsgálata, különös tekintettel a mentális képességekre, motivációs mintázataikra, melyek eltérhetnek hobbi és profi játékosok között, de akár csapaton betöltött szerepkörönként is.

3. Az e-sport közvetítéseket nézők fogyasztási szokásainak és motivációs mintázatainak megértése.

Az előzőekben összefoglalt tanulmányok eredményei rávilágítanak arra, mi jellemezheti az e-sportolókat, hogyan viselkednek a hiperkompetitív e-sport közösségben. De arra is rávilágítanak, hogy egy e-sportoló is hasonló fejlődési (fizikai, mentális, lelki és identitásbeli) utat jár be, mint bármilyen másik hagyományos sportág versenyzője. Guttmann (2004) és Suits (2007) tanulmányai alapján számos olyan tulajdonságát felfedezhetjük a profi e-sportolóknak, melyek hasonlítanak a hagyományos sportok versenyzőire (pl., edzések, gyakorlás etikája, új képességek tanulása, meglévők fejlesztése, elkötelezettség a „munka” mellett). Taylor (2012) ki is emeli tanulmányában, hogy a hagyományos sportok képviselői és az e-sportolók összehasonlíthatóak ugyanazon követelmények alapján, akár az egyes versenyek határozott szabályairól, játékosok felkészültségéről (mind mentális, mind fizikai), akár az események közvetítéséről (pl. minőség, szereplők, kommentár) vagy a verseny értékelőiről/ bírairól legyen szó.

Természetesen az e-sporttal mint sport analógiával kapcsolatban nincs teljes egyetértés. A kritikák elsősorban abból fakadnak, hogy az e-sport játékok videojátékok, melyek alap attribútuma, hogy szórakoztató és rekreációs tevékenységek. Caillois (2001) amellett érvel, hogy a versenyszerű videojáték-használatnak negatív hatása lehet a játékosokra és az egész társadalomra is, amikor egy szabadon választható tevékenység (esetünkben játék) munkává válik. Caillois (2001) hat meghatározó tulajdonságát határozta meg a játszásnak: szabad, szeparált, bizonytalan, eredménytelen, szabályozott és fiktív. Ezek a karakterisztikák sérülnek, ha az e-sportot sportként kezeljük, mivel a játékos tevékenység az egyén életében a munka részévé válik, ami negatívan hathat a felszabadult játék koncepciójára. Ezt a gondolatmenetet továbbvíve Brock (2017) felhívja a figyelmet arra, hogy az e-sport arra ösztönözheti az egyént, hogy az intrinzik motivációk helyett az extrinzik motivációkat (Ryan & Deci, 2000; Ryan és mtsai, 2006) kezdje hajszolni a videojátékokban. Brock elképzelésének ellentmondanak azonban a korábban bemutatott empirikus kutatások, melyek azt találták, hogy miközben az e-sportolók profi válnak, a motivációik változnak ugyan, de profi szinten is képesek intrinzik és extrinzik módon is motiváltak lenni az adott tevékenységben (Kim & Thomas, 2015). Emellett több tanulmányban a kérdezett profi

játékosok a versenyszerű videojáték-használatot nem munkának vagy szórakozásnak azonosították. Az e-sport tevékenység valahol e kettő között helyezkedik, egyfajta „komoly szórakozásként”, amelyet a versenyzők továbbra is szórakoztatónak tartanak, és amely tevékenységen keresztül fejleszthetik önmagukat és a játékhasználat beépülhet az énképükbe (Martončík, 2015; Seo, 2016).

Az e-sport játékosokra gyakorolt hatásával kapcsolatban egy másik nézőpontot Griffiths (2017) hoz be kutatásával, mégpedig a túlzó játékhasználat és a potenciális függőségek kialakulásának veszélyét (Kuss, Griffiths, & Pontes, 2017a; Kuss, Griffiths, és mtsai, 2017b). Griffiths (2017) tanulmányában hipotetikusán párhuzamba állítja a profi e-sportolókat a profi szerencsejátékosokkal (pl. póker játékosokkal), tekintve, hogy hasonlóan megnövekedett időt fordítanak az adott tevékenységre, ami lehet akár gyakorlás, akár már a versenyhelyzet maga is. Így a jövőbeli kutatásoknak érdemes lehet foglalkoznia az e-sportolók pszichés sebezhetőségével, mint ahogy néhány szerencsejátékosokkal foglalkozó tanulmány is tette. Ezek a kutatások igyekeztek megkülönböztetni egymástól a profi és a problémás szerencsejátékosok tevékenységi mintázatait (Hing, Russell, Gainsbury, & Blaszczynski, 2016; Weinstock, Massura, & Petry, 2013). Példaként, McCormack és Griffiths (2012) azt találta, hogy a profi szerencsejátékosok a képességeikre, tudásukra és ismereteikre támaszkodnak a játék során, és sokkal fegyelmezettebben viselkednek, mint azok a szerencsejátékosok, akik csak szórakozásból játszanak. Weinstock és munkatársai (2013) a profi és problémás szerencsejátékosok játéktevékenységének intenzitásában és gyakoriságában hasonlóságot fedeztek fel, ugyanakkor míg a profik normál tartományban élték meg a pszichés distresszt, addig a patológiás szerencsejátékosok nagyon erős distresszt éltek meg és sérültek a pszichoszociális funkcióik. Hing és munkatársai (2016) a szerencsejátékosok három csoportját különítette el egymástól, a profi, félprofi és amatőr játékosokat, miközben arra hívták fel a figyelmet, hogy mindhárom csoportban a problémás használat egyaránt megjelenhet. Sőt, azok a játékosok, akik profi/félprofi szinten űzik a szerencsejátékot, magasabb pszichés distresszt éltek meg, és nagyobb valószínűséggel számoltak be vesztes játékról és komoly pénzügyi problémákról, melyek a szerencsejátékhasználat következményei lehetnek. Több kutatás számolt be arról is, hogy profi játékosok is szenvedhetnek problémás játékhasználatról vagy szerencsejáték-függőségtől (Recher & Griffiths, 2012). Figyelembe véve, hogy félprofi/profi szinten játszó szerencsejátékosok is

veszélyeztetettek függőséggel kapcsolatban (King, Gainsbury, Delfabbro, Hing, & Abarbanel, 2015), ez a fajta problémás viselkedési mintázat az e-sportoló játékosok különböző tapasztalati szintjein is megjelenhet.

A problémás szerencsejáték-használat tanulmányaiból kiindulva és szemléletüket örökítve érdemes lehet a későbbi e-sportot célzó pszichológiai kutatásoknak arra is fókuszálni, hogy a profi e-sportolók köre is veszélyeztetett csoport lehet-e, akiknél problémás játékhasználat vagy játékhasználati-zavar alakulhat ki. Egyrészt ez a csoport magasabb stresszt élhet meg a gyakorlási és a versenyzési időszakban. Másrészt maga az e-sportoló életstílus is komoly stresszel jár. A túlzott videojáték-használattal párosulva nem csak a jövőbeni e-sportolói teljesítményre, de a játékosok mindennapi életére és jóllétére is negatívan hathat. Pár tanulmány felhívja a figyelmet arra a tényre, hogy a profi e-sportolók napi több mint tíz órát is eltölthetnek gyakorlással és versenyzéssel, felmerülhet tehát a kérdés: ők vajon a játék vagy a munka függői-e. (Faust, Meyer, & Griffiths, 2013; Griffiths, 2017)?

4.4.1. Konklúzió

Jelen szisztematikus szakirodalmi áttekintés azon lektorált, empirikus kutatásokat foglalja össze, melyek az e-sport jelenségét vizsgálják a pszichológia aspektusából. A videojátékokkal foglalkozó kutatások a mai napig csak általánosságban ragadják meg a játéktevékenységeket, sokszor akár a fogalmakat, műfajokat is összerosva. Gyakran a játéktevékenységet problémásnak keretezik, mivel hiányzik belőle a fizikai aktivitás és elsősorban ülő tevékenység (Hilvoorde & Pot, 2016; van Hilvoorde, 2016), vagy az intenzív, túlzott használat miatt (Griffiths, 2017). Így számos empirikus adatra és további kutatásokra lenne még szükség, hogy az e-sport pszichológiájáról és általánosságban a videojáték-használatról egy egységes tudományos vélemény kialakulhasson. Például ahhoz, hogy az e-sport elnyerje a „sport státuszt”, nemzetközi szinten elfogadott sporttevékenységgé kellene válnia (Hilvoorde & Pot, 2016; Witkowski, 2009, 2012). Jelenleg több mint 60 államban már elfogadták vagy mérlegelik az e-sportok sportágkénti elismerését (International e-Sports Federation, 2020).

További kutatási irányvonal lehet az e-sport és hagyományos sportágak összehasonlítása is, akár a hasonlóságok, akár a különbségek feltárása. Korábbi elméleti kutatások kiemelték

(Adamus, 2012; Jenny és mtsai, 2016; Jonasson & Thiborg, 2010), hogy az e-sport nem pusztán egy szabadidős vagy munkatevékenység (Ma és mtsai, 2013; Seo, 2016; Seo & Jung, 2016). Az e-sport mint sporttevékenység elfogadása és az egyre növekvő népszerűsége magában hordozza azt az igényt is, hogy olyan módszereket és eszközöket alkalmazzanak a versenyzők segítésében, melyeket a sportpszichológia már megszokottan használ versenyzők teljesítményének javítására, optimalizálására. Ehhez kapcsolódóan az e-sportolók kutatásához jó gyakorlatokat, kiindulási pontokat adhatnak a profi szerencsejátékosokat vizsgáló pszichológiai kutatások is.

4.4.2. Kiegészítő a szakirodalmi összefoglalóhoz

Disszertációm első tanulmánya a 2017-ig megjelent e-sporttal foglalkozó, pszichológiai vonatkozású empirikus kutatásokat foglalta össze. A tanulmány elkészülését követően azonban exponenciálisan nőtt a témában megjelent tudományos cikkek száma, ezért szeretném kiegészíteni ezt a szisztematikus áttekintését az azóta megjelent kutatásokkal.

Az újabb keresésre 2019 októberében került sor. A tudományos cikkek keresése során több adatbázisban is történt a keresés, köztük a *Science Direct*, a *PubMed*, a *Web of Science* és a *Scopus*, valamint a *Google Scholar* felületein. A keresőmotorokban az alábbi kulcsszavakra kerestünk rá: „esport”, „esports”, „e-sport”, „e-sports”, „electronic sport”, „electronic sports”, „electronic-sport” vagy „electronic-sports”. A publikációk kiszűrésekor nem csak a címüket, hanem az absztrakt tartalmát is figyelembe vettük. A keresési eredmények alapján látható, hogy továbbra is az elméleti tanulmányok jelennek meg többségében az e-sport témakörében, viszont az áttekintés során összesen 66 olyan cikket vagy könyvfejezetet találtunk, melyek az e-sport pszichológiai vagy pszichológiához kapcsolódó empirikus kutatások. Az újonnan megjelent publikációk a *Computers in Human Behavior*, az *International Journal of Gaming and Computer-Mediated Simulations*, a *Games and Culture*, a *Behaviour and Information Technology*, a *Communication and Sport*, és a *Gaming Law Review-Economics Regulation Compliance and Policy* nemzetközi folyóiratokban jelentek meg legnagyobb számban. A folyóiratok különböznek profiljukban, ugyanúgy megtalálhatóak a videojátékokkal és az általában a digitális világgal foglalkozó, mint a sporttal vagy a gazdasági kérdésekkel foglalkozó szakmai lapok is.

A vizsgálatok 66,7%-a (n=44) kvantitatív módszereket alkalmazott, míg 24,2%-uk (n=16) kvalitatív, 9,1%-uk (n=6) pedig vegyesen kvantitatív és kvalitatív módszertant alkalmazott. Legtöbb esetben a tanulmányok keresztmetszeti elrendezést alkalmaztak és csak online gyűjtöttek adatokat. Ugyancsak fontos kiemelni, hogy az áttekintésbe bevont kutatások között nagy számban található alacsony megbízhatóságú, minőségükben nem megfelelő vizsgálat (ez elsősorban a Google Scholar felületéről származó találatok esetén volt megfigyelhető). Az empirikus kutatások számos ország e-sportolóit vagy e-sport rajongóit (beleértve a nézőket, hobbijátékosokat) vizsgálták: legnagyobb arányban az Amerikai Egyesült Államokban, Koreában, de Kínában, Ausztráliában és az Indiában felvett adatok is domináltak, valamint több európai országban is született kutatás, mint például az Egyesült Királyságban, Spanyolországban, Magyarországon, Lengyelországban, Törökországban, Svédországban, Olaszországban, Bulgáriában vagy Oroszországban.

Ahogy az a korábban bemutatott, 2017-ig, az e-sportról szóló empirikus kutatások témakörei kapcsán is megmutatkozott, továbbra is jelentős figyelmet kapnak azok a témák, amelyek az e-sportolók motivációit (Bányai és mtsai, 2019; Choi, Hums, & Bum, 2018; García-Lanzo & Chamarro, 2018), az e-sportolóvá válás folyamatát (Gerber, Sweeney, & Pasquini, 2019; Schelfhout, Bowers, & Hao, 2019) vagy az e-sport nézők motivációit, felhasználói szokásait helyezték a fókuszba (Choi, 2019; Pizzo és mtsai, 2018; Qian, Wang, Zhang, & Lu, 2019; Qian, Zhang, Wang, & Hulland, 2019).

További, újonnan megjelenő, az e-sport pszichológiai és pszichológiához kapcsolódó empirikus kutatások témái között szerepelnek a következők:

- Egyéni és csapatszintű teljesítmény az e-sportban (pl., Coates, Parshakov, & Paklina, 2020; Marçal Mora-Cantalops & Sicilia, 2018; Marçal Mora-Cantalops & Sicilia, 2019)
- Az e-sport és a hagyományos sportok összehasonlítása (pl., Brown, Billings, Murphy, & Puesan, 2018; Zagała & Strzelecki, 2019)
- Szerencsejáték és e-sport fogadás (pl., Abarbanel & Johnson, 2019; Macey & Hamari, 2018; Peter, Li, Pfund, Whelan, & Meyers, 2019)
- Kognitív képességek, agyi folyamatok és teljesítmény az e-sport játékosok körében (pl., Behnke, Kosakowski, & Kaczmarek, 2020; Gong, Ma, Liu, Yan, & Yao, 2019; Gray, Vuong, Zava, & McHale, 2018)

- Streamelés e-sportolóként (pl., Hilvert-Bruce, Neill, Sjoblom, & Hamari, 2018; Matsui, Sapienza, & Ferrara, 2020)
- Női játékosok az e-sportban (pl., Ruvalcaba, Shulze, Kim, Berzenski, & Otten, 2018; Schelfhout és mtsai, 2019)
- E-sport és problémás játékhasználat (pl., Bányai és mtsai, 2019; Evren és mtsai, 2018)
- Az e-sportolók egészsége (pl., DiFrancisco-Donoghue, Balentine, Schmidt, & Zwibel, 2019; Tartar, Kalman, & Hewlings, 2019)
- Az e-sport versenyzők megküzdési stílusai (pl., Irwin & Naweed, 2020; Sharma, Anand, & Mathew, 2018)
- Országos szintű teljesítmény az e-sportban (pl., Kirkegaard, 2018; Parshakov & Zavertiaeva, 2018)
- Szülői attitűd a videojátékos karrierrel szemben (Jiow és mtsai, 2018)
- Önálló tanulás az e-sportban (pl., Egliston, 2019; Fanfarelli, 2018; Kow, 2018)

Az újonnan megjelenő kutatások esetén elmondható, hogy ugyan növekszik a tudományos érdeklődés az e-sport iránt a pszichológián belül is, de ezek a tanulmányok többségében továbbra is inkább elméleti síkon foglalkoznak a jelenséggel. Emellett az empirikus kutatások minősége sem minden esetben megfelelő, továbbá elsősorban az e-sportolók teljesítményére (sporttudományi szempontból) és inkább az e-sportot megfigyelőkre/nézőkre és az ő fogyasztói szokásaikra, motivációikra koncentrálnak (gazdasági szempontból). Végezetül pedig, továbbra is kevés az olyan empirikus kutatás, melyek a versenyszerű videojáték pszichés következményeivel foglalkozik és a kapcsolódó közegészségügyi kérdésekre helyezi a hangsúlyt.

5. A motivációk mediációs hatása a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között e-sportolók és rekreációs játékosok körében⁵

5.1. Elméleti bevezető

Az elmúlt két évtizedben a videojátékok népszerűsége hihetetlen méretet öltött, ugyanakkor ezt a tevékenységet most már nem lehet pusztán rekreációs tevékenységként címkézni (Bányai, Griffiths, Király, & Demetrovics, 2018). Játékos közösségen belül egy kisebb csoportba sorolhatók, akik ma már profi szinten úznak egy-egy adott játékot, és akik órákat töltenek el azzal, hogy mesteri szintre fejlesszék játékos képességeiket. Az e-sport (electronic sport) alatt leegyszerűsítve a versenyszerű videojáték-használatot értjük, mely a 2000-es évek elején kezdett el nagyobb tömegeket megmozgatni és vált ma már a játékos közösségen belül egy professzionális szcénává (Bányai, Griffiths, és mtsai, 2018).

Az e-sport sporttevékenységként is definiálható, amelyben a játékosok a mentális képességeiket és szem-kéz koordinációjukat fejlesztik és edzik az információs-kommunikációs technológia (videojáték) használatával (Wagner, 2006), miközben a játékosok virtuálisan reprezentáltak ebben a „digitális sport világban” (Hemphill, 2005). Jelenleg az e-sport leginkább serdülő és fiatal felnőttek (24 éves kor alattiak) és többségében férfiak körében népszerű, akik az e-sportra úgy is tekintenek mint potenciális karrierlehetőségre (eNet, 2017; Newzoo, 2017).

Más sportokhoz hasonlóan az e-sportnak is vannak rendezett és szankcionált versenyei, bajnokságai (Adamus, 2012; Wagner, 2006). E-sport versenyt le lehet bonyolítani online vagy offline módon is (LAN), ezutóbbi esetében a szponzorok, sport kommentátorok és a helyszíni nézőközönség is nagyobb figyelmet és teret is kaphat. Ugyanakkor a közvetítések online is bárki számára elérhetőek megfelelő internetkapcsolattal (pl. Twitchen vagy YouTube-on streamelt közvetítések formájában). Emellett a versenyekhez ugyanúgy tartoznak nagyobb pénznyeremények is (Adamus, 2012; Hamari & Sjöblom, 2017; Jenny és mtsai, 2016; Lee és mtsai, 2014; Lee, An, & Lee, 2014; Lopez-Gonzalez & Griffiths, 2016; Taylor, 2012). Az e-sport széleskörű elterjedésének köszönhetően számos nemzetközi szintű

⁵ A fejezet a Bányai, F., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2019). The mediating effect of motivations between psychiatric distress and gaming disorder among esports gamers and recreational gamers. *Comprehensive Psychiatry*, 94, 152117. cikk fordított változata kisebb módosításokkal.

sportszövetség is fontolóra vette már, hogy az e-sportot ténylegesen elfogadja sporttevékenységként. Például az Ázsiai Olimpiai Bizottság hivatalosan felvette a programjába az e-sportokat a 2022-es Ázsiai Játékokra Kínában, ami az Olimpiai Játékokat követő hivatalos nemzetközi sportesemény (Hallmann & Giel, 2018).

Egyre népszerűbb a játékosok körében, hogy karriert terveznek az e-sport közösségen belül. Mivel a tevékenység munkává válik, fizetés származik belőle, maga után vonhatja azt is, hogy a játékos motivációk is megváltoznak az e-sportolók körében (Bányai, Griffiths, és mtsai, 2018; Griffiths, 2017). Sőt nem csak megváltoztathatja a játékosok motivációit, de az e-sportolók és a hobbijátékosok eltérő motivációs mintázattal is rendelkezhetnek (Ma és mtsai, 2013). E-sportolók önbeszámolóí alapján maga a versenyszerű videojáték-használat lehet:

1. „komoly szórakozás”, vagyis a munka és a szórakozás tengelyén félúton elhelyezkedő tevékenység, átmenet a kettő között, magában foglalva mindkét tevékenységtípus előnyeit (Seo, 2016);
2. tevékenység önmagában élvezhető és intrinzik, személyes és szociális motivációk által vezérelt;
3. kielégítheti az e-sportolók versengéssel kapcsolatos és hedonikus szükségleteit (Kim & Thomas, 2015; Lee & Schoenstedt, 2011b; Martončík, 2015).

Az e-sport ténylegesen azon toplistás profi játékosok számára lehet munkaként definiálható, akik eleget keresnek ezzel a tevékenységgel ahhoz, hogy fenntartsák ezt a fajta életvitelt. A fizetésük több forrásból is származhat: bajnokságok pénzdíjaiból, szponzorációkból (pl. konkrét eszközöket, hardvereket, perifériákat kapnak vagy influenszer szerződést kötnek velük nagy gyártócégek). De leszerződött játékosai is lehetnek egy e-sport csapatnak vagy sportszervezetnek (pl. Legia Warszawa, FC Schalke), vagy fél-/teljes állásban streamerekké válnak. Ezzel szemben a félprofi és kezdő e-sportolók körében sokkal inkább jellemző, hogy a versenyzés mellett nem elsősorban e-sporthoz kötődő állásuk van vagy még tanulmányaikat folytatják (Hewitt, 2014; Jenny és mtsai, 2016; Kim & Thomas, 2015; Seo, 2016).

Az e-sportolók intenzív és jelentős mennyiségű videojáték-használata azon kutatók figyelmét is felkeltheti, akik alapvetően játékhaznázati-zavarral foglalkoznak (Bányai, Griffiths, és mtsai, 2018; Griffiths, 2017; Kuss, Griffiths, és mtsai, 2017a, 2017b). Griffiths (2017) egy elméleti cikkében párhuzamba állította az e-sportolókat a profi

szerencsejátékosokkal (póker játékosokkal elsősorban), kiemelve a hasonlóságokat a túlzó játékidjükkel kapcsolatban. Korábbi kutatások már fókuszáltak arra, hogy hobbi és profi szintű szerencsejátékosokat hasonlítsanak össze függőkkel (Hing és mtsai, 2016; Weinstock és mtsai, 2013), és hasonlóságot találtak köztük a szerencsejáték gyakorisága és intenzitása alapján. A profi szerencsejátékosokhoz viszonyítva a szerencsejáték-függők szegényesebb pszichoszociális működést mutattak (Weinstock és mtsai, 2013), kevésbé voltak fegyelmezettek és kevésbé támaszkodtak képességeikre és játéktudásukra (McCormack & Griffiths, 2012). Ugyanakkor a problémás viselkedés és a pszichés distressz az intenzív szerencsejáték-használat minden szintjén megjelent, így a profik esetében is (Hing és mtsai, 2016; King és mtsai, 2015; Recher & Griffiths, 2012).

Ebből a koncepcióból kiindulva az e-sportolók körében ugyanúgy megjelenleht a problémás játékhasználat, mint a rekreációs játékosoknál. Erre a megkülönböztetésre az egyes játékhasználat típusok között nagy szükség lenne, tekintve, hogy a játékosok motivációi is eltérnek a hobbi és a profi játékosok esetén. Jelenleg két, a játékhasználati-zavart definiáló koncepció létezik a pszichiátriai szakirodalomban: az internetesjáték-használati zavar (Internet Gaming Disorder; IGD) a Mentális Betegségek Diagnosztikai és Statisztikai Kézikönyvében (DSM-5; American Psychiatric Association, 2013) és a játékhasználati-zavar (Gaming Disorder; GD) a Betegségek Nemzetközi Osztályozási Rendszerében (ICD-11; World Health Organization, 2018). A DSM-5-ben szereplő internetesjáték-használati zavar kilenc kritérium mentén azonosítja a függőséget: gondolati és viselkedéses feladás; megvonási tünetek; tolerancia; kontrollvesztés a játékidő felett, korábbi más tevékenységek/hobbik elhanyagolása; játéktevékenység folytatása annak ellenére, hogy tudatában van ennek negatív következményeivel; játékidővel kapcsolatos hazugság; menekülés a való életbeli problémák elől; szociális háló/munka/élet más fontos területeinek elhanyagolása, kapcsolatok elvesztése (American Psychiatric Association, 2013). Ezzel a sokszempontos kritériumrendszerrel ellentétben egy sokkal egyszerűbb koncepciót kap a játékhasználati-zavar (World Health Organization, 2018), mely már megnevezésében sem szűkíti a problémás videojáték-használatot az online játékok körére. Kritériumai között szerepel a játékos kontrollvesztése a játékhasználat felett (de nem korlátozza játékidőre ezt a kontrollvesztést); más tevékenységekkel szemben a játék prioritást élvez, valamint a játéktevékenység folytatása annak ellenére, hogy a játékos tudatában van a

játék negatív következményeivel. A zavar fennállásáról azonban akkor beszélhetünk ténylegesen, ha a videojáték-használat miatt az egyén egészséges funkcionalitása sérül életének fontos területien (pl., személyes, család, szociális, tanulmányok, munkahely) (Billieux és mtsai, 2017). Mindkét videojáték-függőség koncepció egyetért abban, hogy a diagnózis akkor lehet érvényes, ha a játéktevékenység a személy életminőségét klinikai értelemben rontja.

Az internetesjáték-használati zavar kritériumait számos kritika érte az utóbbi időben (pl. a gondolati elfoglaltság, visszaesés vagy tolerancia kritériumok esetén), és ez főleg azért is fontos, mert számos kritériuma mentén nem lehet különbséget tenni a nagyon elkötelezett játékosok és az igazán problémás esetek között. A finom különbségek hiánya miatt pedig a játékok rajongói vagy éppen az e-sportolók is könnyedén azonosíthatók klinikai értelemben is internetesjáték-használati zavarban szenvedőnek (Aarseth és mtsai, 2017; Griffiths, Kuss, Lopez-Fernandez, & Pontes, 2017; King & Delfabbro, 2013; Király, Griffiths, és mtsai, 2014; Kuss, Griffiths, és mtsai, 2017a). Ehhez kapcsolódóan több kutatás mutatott rá, hogy az e-sportolók és a rekreációs játékosok nem csak motivációk és a játékhasználat intenzitása mentén térnek el egymástól, hanem az internetesjáték-használati zavar kritériumai mentén is (Ma és mtsai, 2013; Nielsen & Karhulahti, 2017).

A játékhasználati-zavar pszichológiai profiljának mélyebb megértése érdekében számos kutatás próbálta feltárni a lehetséges korrelátumokat és negatív következményeket, melyek a videojáték-függőséggel köthetőek össze és kapcsolatban állnak a játékosok mentális egészségével (Kuss & Griffiths, 2012; Saunders és mtsai, 2017), különös tekintettel a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között (Kim és mtsai, 2016; King & Delfabbro, 2016; Son, Yasuoka, Poudel, Otsuka, & Jimba, 2013). A játékhasználati-zavarral kapcsolatos kutatások alapján látható, hogy alapvetően kevés játékos esetén azonosítható csak játékfüggőség. Ezen játékosok körében számos tanulmány azt találta, hogy a játékhasználati-zavar depresszióval (Andreassen és mtsai, 2016; Brunborg, Mentzoni, & Frøyland, 2014; Liao és mtsai, 2015; Männikkö, Billieux, & Käätäriäinen, 2015; Mentzoni és mtsai, 2011; Peng & Liu, 2010; Van Rooij és mtsai, 2014; Wei, Chen, Huang, & Bai, 2012), szorongással (Andreassen és mtsai, 2016; Männikkö és mtsai, 2015; Mentzoni és mtsai, 2011) és szociális szorongással (Van Rooij és mtsai, 2014; Walther és mtsai, 2012; Wei és mtsai, 2012) is összefügghet.

Más kutatások azonban nem csak a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között találtak kapcsolatot. A videojáték-használatához fűződő motivációk is előre jelezhetik a játékhasználati-zavart (Héctor Fuster és mtsai, 2012; Kahn és mtsai, 2015; Lee, Lee, & Choi, 2012; Yee, 2006b). A játékos motivációk között a legkiemelkedőbb figyelmet a játékhasználati-zavarral összefüggésben az eszképzimus motiváció kapja (Dauriat és mtsai, 2011; Kardefelt-Winther, 2014; Kuss és mtsai, 2012; Kwon, Chung, & Lee, 2011; Nagygyörgy és mtsai, 2012; Yee, 2006b), vagyis amikor a játékos a virtuális világába menekülve próbálja elkerülni való életbeli problémáit (Demetrovics és mtsai, 2011). A menekülés mellett a fantázia (a játékos más személyiséget vehet fel, karaktere bőrébe bújhat) és a videojáték világában való elmerülés (immersion) is összefüggést mutatott a játékhasználati-zavarral (Ballabio és mtsai, 2017; Billieux és mtsai, 2011; Kneer & Rieger, 2015), csakúgy, mint a játékon belüli teljesítményre, fejlődésre és képességfejlesztésre irányuló motivációk is (Dauriat és mtsai, 2011; Nagygyörgy és mtsai, 2012; Yee, 2006b). Ezek a kutatások a motivációk predikciós szerepét egy általános videojátékos mintán vizsgálták, nem tettek különbséget a játékhasználat minőségében (e-sport vs. hobbijátékosok). Sőt, ahogy ezt az előző fejezetben bemutatott szakirodalmi összefoglalóban is láthattuk, meglehetősen kevés kutatás vizsgálja az e-sportolók motivációit.

Az olyan motivációk, mint a versengés, kihívások keresése, menekülés és a szociális kapcsolatok teremtése ösztönözheti a játékosokat arra, hogy karrier lehetőséget lássanak a versenyszerű videojáték-használatban (Himmelstein és mtsai, 2017; Lee & Schoenstedt, 2011b; Weiss & Schiele, 2013). Martončík (2015) tanulmánya arra is rámutatott, hogy az e-sportolók és a rekreációs játékosok eltérő motivációkkal és életcélokkal rendelkeznek, melyeket az adott videojátékon belül próbálnak megélni. A hobbijátékosokhoz viszonyítva az e-sportolók erősebb kötődési- (pl. mások támogatásának szüksége, intenzív kapcsolat másokkal) és figyelemelterelési (pl. feszültség igénye, új, izgalmas dolgok megtapasztalása) motivációkkal rendelkeznek. Sőt, azok az e-sportolók, akik az adott csapat vezetői voltak, jobban ki tudták elégíteni hatalom iránti igényüket a játékban, mint azok a versenyzők, akik egyszerűen csapattagok voltak.

Az e-sportolók és a hobbijátékosok motivációiban felfedezhető különbségeket figyelembe véve érdemes lehet így új nézőpontból megközelíteni azon kutatások eredményeit is, amelyek a játékmotivációk és a játékhasználati-zavar közötti összefüggéseket vizsgálták egy

általános videojátékos populáción (Ballabio és mtsai, 2017; Király, Urbán, és mtsai, 2015). Ezek a tanulmányok azt találták, hogy a videojátékos motivációk közvetíthetnek a pszichiátriai tünetegyüttes (pl. depresszió vagy szorongás) és a játékhasználati-zavar között, hasonlóan, mint ahogy az alkoholfüggőkkel vagy problémás szerencsejátékosokkal foglalkozó szakirodalom beszámol a motivációk mediációs erejéről (Carruthers, Platz, & Busser, 2006; Kuntsche, Knibbe, Engels, & Gmel, 2007; Mason, Boden, & Cucciare, 2014; Takamatsu, Martens, & Arterberry, 2016; Wood & Griffiths, 2007). A videojátékok témakörére visszatérve a fent említett két tanulmány az eszképzizmust jelölte meg legerősebb közvetítő motivációnak a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között, míg gyengébb kapcsolatot mutatott a versengés (Ballabio és mtsai, 2017) és a fantázia motiváció is (Ballabio és mtsai, 2017). Továbbá Király, Urbán, és mtsai (2015) a játékosok neme és játékműfajok alapján is találtak különbséget a motivációk mediáló erejében. A nemeket tekintve úgy tűnik, a női játékosok esetében erősebb volt a kapcsolat a pszichés distressz, eszképzizmus és játékhasználati-zavar mediációban, mint a férfi játékosoknál.

Összefoglalva, a korábbi videojátékokkal kapcsolatos kutatások elsősorban a játékosok neme és az általuk játszott játékműfajok alapján bontották őket csoportokra, alkategóriákra (Demetrovics és mtsai, 2011; Király, Urbán, és mtsai, 2015; Lemmens és mtsai, 2011; Nagygyörgy és mtsai, 2012; Rehbein és mtsai, 2010), de a játékhasználatban (e-sport vs. hobbi) nem tettek különbséget. Ugyanakkor magával a WHO által megfogalmazott játékhasználati-zavar egyik fontos kritériumával szemben is megfogalmazódott már az a kritika, hogy nem tesz különbséget az erősen elkötelezett és a ténylegesen, klinikai értelemben is problémás videojáték-használatok között.

Jelen kutatás ebből az új nézőpontból közelítve kívánja összehasonlítani az e-sportoló és rekreációs játékosokat nem csak demográfiai, játék-használati jellemzőik alapján, hanem a problémás játékhasználat jelenlétében, a játékos motivációkban és a pszichiátriai tünetegyüttes alapján. Az összehasonlítás mellett az is cél volt, hogy a korábban bemutatott mediációs modelleket (vagyis a motivációk pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közötti közvetítő szerepét) teszteljük hobbijátékosok és e-sportolók körében, arra keresve a választ, hogy a játékhasználat minősége megkülönbözteti-e a motivációk mediációs mechanizmusait az egyes csoportokban.

5.2. Módszerek

5.2.1. Vizsgálati személyek

A kutatás nyelve magyar volt, így csak magyarul beszélők számára volt kitölthető. A kérdőívhez tartozó link online került megosztásra 2016. november és december között az egyik legnépszerűbb magyar videojátékos magazin – a GameStar – Facebook oldalán, illetve kísérő cikk formájában a weboldalukon is elérhető volt. A toborzás során incentívet használtunk a nagyobb kitöltőszám elérése érdekében, amely egy kétszer 60.000 Ft értékű Media Markt vásárlási utalvány volt. A kutatásban való részvétel önkéntes és anonim volt. Egyedül a vásárlási utalvány kisorsolásakor kértünk a kitöltőktől egy hiteles e-mail címet, amelyet csak akkor kellett megadniuk, ha a nyereményjátékban részt kívántak venni. A kontakt e-mail címeket csak és kizárólag a nyertesek értesítésekor használtuk, és minden e-mail cím törlésre került a sorsolás lebonyolítása után.

Az online kérdőív kitöltése előtt minden résztvevőt tájékoztattunk az első oldalon az adott kutatás általános céljairól, adatkezelésről és arról, hogy mennyi időt vesz igénybe a kérdőív kitöltése. Ezen kívül tájékoztattuk őket a kérdőívben adott válaszaikkal kapcsolatos teljes titoktartásról és anonimitásról.

A kutatásban 18 év alatti kitöltők is részt vehettek, az ő esetükben szülői beleegyező nyilatkozat elfogadása és legalább a 14. életév betöltése volt a feltétel.

Összesen 7815 fő kezdte el a kérdőív kitöltését, ebből 5632 fő (72,1%) legalább feléig kitöltötte a kérdőívet. Jelen kutatásban csak azon kitöltők adatai kerültek elemzésre, akiknek hiánytalan kitöltése volt azokon a skálákon, melyeket a vizsgálat során használni szerettünk volna (pszichiátriai szimptomák, online játék motivációk és problémás játékhasználat). Így a vizsgálatban a végleges minta 4284 fő lett (54,8%-a a teljes mintának).

5.2.2. Mérőeszközök

5.2.2.1. Szocio-demográfiai változók

Azon kérdések köre, amelyek a játékosok szocio-demográfiai státuszára kérdeznék rá, úgy mint nem, életkor, családi állapot és tanulmányok (oktatási rendszerben töltött évek száma, tanuló vagy munkavállaló).

5.2.2.2. Videójáték-használathoz kapcsolódó változók

Ezen kérdésekben a játékosok általános videójáték-használati szokásaira kérdeztünk rá. A játékidővel kapcsolatban a kérdezetteknek egy átlagos hétköznapijukra és egy átlagos hétvégi napjukra vonatkozóan is meg kellett becsülniük a játékidőjüket („Egyáltalán nem játszom”, „Kevesebb mint 1 órát játszom”, „1-2 órát játszom”, „2-4 órát játszom”, „4-6 órát játszom”, „Több mint 6 órát játszom”). Ezen kívül a leggyakrabban játszott játékműfajokra és a játéktevékenység platformjára (pl. PC, konzol, mobil) is rákérdeztünk.

Emellett, hogy az e-sportolók elkülöníthetőek legyenek a hobbijátékosoktól, néhány versenyszerű videójáték-használathoz kapcsolódó kérdésre is kellett válaszolnia a kitöltőknek. Ezen belül jellemezniük kellett a versenyek médiumát (online és/vagy offline), a versenyeken való részvétel gyakoriságát külön online és offline versenyekre lebontva (a válaszlehetőségek: 1 = ‘Nem vettem részt versenyen’, 2 = ‘1–2 alkalommal’, 3 = ‘3–5 alkalommal’, 4 = ‘6–11 alkalommal’, 5 = ‘Néhányszor egy hónapon belül [1–3 alkalommal]’, 6 = ‘Hetente vagy még gyakrabban’). Ezek mentén a jellemzők mentén könnyebben lehetett az igazi e-sportolókat megkülönböztetni azoktól a hardcore (erősen elkötelezett) játékosoktól is, akik ugyan szintén versenyeznek, de ritkábban, elsősorban online mérkőzéseken vesznek részt és egyáltalán nem terveznek e-sport karriert. Emellett a legtöbb e-sport bajnokság online selejtezőkkel indul, de a döntők offline rendezvények formájában érnek véget. Míg az online bajnokságok jóval gyakoribbak (pl. az Electronic Sports League [ESL] havonta többször is szervez), addig az offline versenyek Magyarországon viszonylag ritkábbak (nagyjából minden negyedévben-félévben kerülnek megrendezésre). Az „e-sportolóság” küszöbértékének meghatározásakor figyelembe vettük mind az elméleti megközelítéseket (Hemphill, 2005; Taylor, 2012; Wagner, 2006), mind a jelenleg Magyarországon látható e-sport események szervezésével kapcsolatos információkat (milyen gyakran és milyen formában szerveznek bajnokságokat). Így az e-sportoló kategóriába azok a játékosok

kerültek a kitöltők közül, akik az elmúlt évben legalább 6-11 alkalommal részt vettek online és/vagy offline versenyen.

5.2.2.3. Online játék motivációk

A játékosok általános, videojátékokkal kapcsolatos motivációinak feltérképezésére jelen kutatásban az Online Játék Motivációs Kérdőívet (Motives for Online Gaming Questionnaire; MOGQ) használtuk (Demetrovics és mtsai, 2011). A kérdőív 27 tételt tartalmaz, amelyek hét játékos motivációt azonosítanak. A kitöltőnek 5-fokú skálán kell értékelnie (ahol az 1 – „Soha/ Majdnem soha” és az 5 – „Mindig/ Szinte mindig” választ jelenti), hogy mennyire jellemző rá az adott állítás. Minél magasabb pontszámot ér el valaki az adott motiváció alskáláján, annál jellemzőbb rá az a videojátékos motiváció. A kérdőív által lefedett hét online játék motiváció: társas, menekülés, versengés, képességfejlesztés, megküzdés, fantázia és rekreáció. Jelen kutatásban a mérőeszköz megbízhatósági mutatója 0,78 (rekreáció) és 0,91 (képességfejlesztés) között mozog, amely megfelelő belső konzisztenciára enged következtetni.

5.2.2.4. Pszichiátriai tünetek

Jelen kutatásban a pszichiátriai tünetek feltárására a Rövid Tünet Skálát (Brief Symptom Inventory; BSI) használtuk, mely összesen 53 kérdéssel fed le különböző pszichiátriai tünetegyüttest egy 5-fokú Likert-típusú skálán, ahol a 0 – „Egyáltalán nem” és a 4 – „Nagyon” választ jelöli (Derogatis & Spencer, 1975). A kérdőív kilenc szimptomát azonosít: a szomatizáció, az obszesszív-kompulzív viselkedés, az interperszonális érzékenység, a depresszió, a szorongás, az ellenségesség, a fóbia, a paranoia és a pszichoticizmus tüneteit. Jelen kutatásban három alskálát használtunk a későbbi elemzés során, melyek a BSI validált magyar verziója alapján kerültek kiválasztásra (Urbán és mtsai, 2014). A depresszió (hat tétel), a szorongás (hat tétel) és a pszichoticizmus (öt tétel) segítségével létrehoztunk egy összesítő indexet „pszichés distressz” néven, mely egy általános distressz intenzitást kifejező mutatóként használható. Korábbi játékhasználati-zavar kutatásokból kiindulva ez a generalizált distressz mutató szoros összefüggést mutat a problémás játékhasználat meglétével. A 17 tételből létrehozott pszichés distressz mutató jó belső konzisztenciát mutatott a jelen kutatásban (Cronbach alfa = 0,93).

5.2.2.5. *Játékhasználati-zavar*

A játékhasználati-zavar (Gaming Disorder; GD) mérése a 10-tételes Internetesjáték-használati Zavar Teszttel (10-Item Internet Gaming Disorder Test; IGDT-10) történt (Király, Slecza, és mtsai, 2017). Az IGDT-10 a DSM-5-ben szereplő internetesjáték-használati zavar (IGD) kritériumain és elméleti megközelítésén alapul. A kérdőív minden állítása a 9 kritériumrendszer 1-1 tételét foglalja magában. A kilencedik kritériumot (vagyis „az adott személy veszélyeztetési szignifikáns kapcsolatait, munkáját, tanulmányait, karrierlehetőségeit az internetesjáték miatt”) a kérdőívben két külön kérdés mérte, annak komplexitása és nehezen értelmezhetősége miatt.

Az IGDT-10-en a kitöltő háromfokú skálán jelezheti, hogy mennyire ért egyet az egyes állításokkal, ahol 0 – „Soha”, 1 – „Néha” és 2 – „Gyakran” válaszokat jelöl. A háromfokú skálázás ugyan eltér a DSM-5 kritériumainak jelölésétől, ahol a pszichiáter/ pszichológus igen-nem válasz alapján dönti el, hogy az adott tünet jelen van a játékos esetében. Az IGDT-10 kérdőív a válaszok árnyalhatósága és könnyebb érthetőség értelmében három válaszlehetőséget biztosít a kitöltőnek, ugyanakkor az értékelés során a „Soha” és „Néha” válaszok ugyanúgy 0 értéket kapnak (vagyis a tünet nem áll fenn), míg a „Gyakran” válasz 1-es értéket vesz fel. Így alakítható át a kérdőív a DSM-5 dichotóm struktúrájába.

Továbbá a 9. és 10. tételek, melyek az internetesjáték-használati zavar kilencedik kritériumát jelölik, szintén átkódolásra kerülnek. Ha bármelyik tételre „Gyakran” választ adta a kitöltő, akkor 1-es értéket vesz fel.

Jelen kutatásban a játékhasználati-zavar pontszám alapú kategorizálás helyett (pl., játékhasználati-zavar alapján veszélyeztetett vs. nem veszélyeztetett csoport) a 0-tól 9-ig terjedő összpontszámot használtuk az elemzésben. Az IGDT-10 összpontszáma azt jelölte, hogy minél magasabb az érték, annál több szimptóma/kritérium figyelhető meg az adott játékosnál.

Az IGDT-10 kérdőív nevéből adódóan nem egyértelmű (mint ahogy a DSM-5-ben szereplő internetesjáték-használati zavar megnevezés is), hogy csak online játékosok esetén alkalmazható, ugyanakkor a kritériumok a DSM-5 útmutatása alapján mind offline, mind pedig online játékosok körében is használható mérésre és diagnózisra. Jelen kutatásban is kitölthették a kérdőívet az online és az offline játékosok is. Az eredeti 10-tételes kérdőív

Cronbach alfa 0,76, míg a 9-tételes áttanszformált értékekkel rendelkező kérdőív 0,64-es Cronbach alfa mutat, mely az elfogadható határon belül mozog.

5.2.3. Statisztikai elemzés

A játék motivációk mediáló hatásának tesztelésére a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között strukturális regressziós elemzést végeztünk a Strukturális Egyenlet Modellezésen (Structural Equation Modeling; SEM) belül. A jelen kutatásban összegyűlt adatok eloszlása nem-normális eloszlást mutatott, így ennek megfelelően Maximum Likelihood Estimation Robust (MLR) elemzési módot alkalmaztuk. Az e-sport és hobbijátékos csoportok összehasonlításához többcsoportos (multigroup) elemzést használtunk. Mindkét mediációs modell illeszkedését (vagyis külön az e-sportoló és a hobbijátékos csoportban) illeszkedési mutatók, χ^2 p-értékei ($p > 0.05$) alapján vizsgáltuk. Nagymintás kutatás lévén nem csak a χ^2 p-értékeinek megbízhatóságára, hanem további illeszkedési mutatókra is támaszkodtunk. A komparatív illeszkedési mutató (comparative fit index; CFI) és a Tukey-Lewis Fit Index (TLI) 0,90 felett elfogadhatónak, 0,95 felett jó illeszkedésnek tekinthető. Emellett kiszámítottuk a megközelítési négyzetes középérték hiba indexét (root mean square error of approximation; RMSEA) és ennek a 95%-os konfidencia intervallumát (90% CI), valamint a reziduális négyzetes középértéket (standardized root mean square residual; SRMR). Az RMSEA és az SRMR értékei 0,05 és 0,10 alatt elfogadhatóak és jó illeszkedést indikálnak (Browne & Cudeck, 1993; Byrne, 2016; Kline, 2005). A leíró statisztikai elemzésekhez SPSS 22.0 statisztikai szoftver csomagot (IBM Corporation, 2013), míg a SEM elemzéshez MPLUS 6.0 (Muthén & Muthén, 2012) programot használtuk.

5.2.4. Etikai engedély

A kutatást az ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar Kutatásetikai Bizottsága hagyta jóvá.

5.3. Eredmények

5.3.1. Leíró statisztikai eredmények

A minta átlag életkora ($N=4284$) 23,08 év ($SD=6,57$ év; 14-58 év közöttiek). A minta döntő többsége férfi ($N_{\text{fé}} = 3851$; 89,89%), ami hasonlóságot mutat a korábbi, videojátékosokkal foglalkozó kutatások nemi eloszlásával. A vizsgálatban a teljes mintát két alcsoportra bontottuk: rekreációs játékosokra ($N_{\text{hobby}} = 4079$; 95,21% a teljes mintának) és e-sportolókra ($N_{\text{esport}} = 205$; 4,79%-a a teljes mintának). A rekreációs játékosok közül 3656 játékos férfi volt (89,63%-uk), míg az e-sportolók körében 195 fő férfi (95,12%). A további, demográfiai változók bemutatását mind a teljes mintára, mind a két alcsoportra vonatkozóan a 7. táblázat tartalmazza (lásd., 7. táblázat: *A videojátékosok demográfiai jellemzői*).

A mediációs modell kialakításával kapcsolatban az volt az előzetes feltételezés, hogy a játékosok videojáték-használati mintázata eltér a rekreációs és az e-sportoló csoportokban. Így a pszichés distressz változókat és a videojáték-használati változókat összevetettük, melynek eredményeit a 8. táblázat foglalja magában (lásd., 8. táblázat: *Pszichopatológiai és videojáték-használathoz köthető változók*).

7. táblázat: A videojátékosok demográfiai jellemzői

	Teljes minta (N = 4284)	Hobbijátékosok (n = 4079)	E-sportolók (n = 205)	χ^2/t	Hatás mérték
Nem (férfi) [n (%)]	3851 (89,89%)	3656 (89,63%)	195 (95,12%)	7,23**	0,04
Életkor Átlag (szórás)	23,08 (6,57)	23,1 (6,58)	22,0 (6,27)	-2,37*	0,33
Családi állapot n (%)					
Egyedülálló	2485 (58,01%)	2374 (58,20%)	111 (54,15%)	0,24	0,02
Kapcsolatban, de külön háztartásban élnek	753 (17,58%)	706 (17,31%)	47 (22,63%)		
Kapcsolatban és egy háztartásban élnek	743 (17,34%)	713 (17,48%)	30 (14,63%)		
Házas	241 (5,63%)	227 (5,57%)	14 (6,83%)		
Elvált vagy özvegy	24 (0,56%)	24 (0,59%)	n/a		
Oktatásban eltöltött évek száma Átlag (szórás)	13,2 (3,06)	13,2 (3,07)	12,8 (2,91)	-1,63	0,01
Jelenleg tanul n (%)	2439 (56,93%)	2307 (56,56%)	132 (64,39%)	4,85*	0,03
Jelenleg dolgozik n (%)	2443 (57,03%)	2318 (56,83%)	125 (60,98%)	20,54***	0,07

Megjegyzés: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$. Chi2 tesztet alkalmaztam a nem (1 = férfi, 2 = nő), a jelenleg tanul és jelenleg dolgozik (1 = nem, 2 = igen) változókon, míg függetlenmintás t-próbát az alábbi változók mentén: átlag életkor, családi állapot, oktatásban töltött évek száma. A jelzett hatásmutatók a Cohen d és a Phi értékei.

8. táblázat: Pszichopatológiai és videojáték-használathoz köthető változó

	Teljes minta (N = 4284)	Hobbijátékosok (n = 4079)	E-sportolók (n = 205)	t	Hatás mérték
Pszichés distressz <i>Átlag (szórás)</i>	0,96 (0,79)	0,96 (0,79)	0,87 (0,80)	-1,60	0,11
Játékhasználati-zavar <i>Átlag (szórás)</i>	0,72 (1,19)	0,71 (0,97)	0,84 (1,32)	1,42	0,11
Játékidő					
Átlagos hétköznap <i>Átlag (szórás)</i>	2,35 (1,40)	2,32 (1,40)	2,98 (1,41)	6,55***	0,47
Átlagos hétvégi nap <i>Átlag (szórás)</i>	3,99 (1,60)	3,95 (1,60)	4,72 (1,40)	7,66***	0,51
Online videojáték motivációk <i>Átlag (szórás)</i>					
Társas	2,28 (0,98)	2,26 (0,97)	2,80 (1,03)	7,74***	0,54
Menekülés	2,31 (1,12)	2,31 (1,12)	2,31 (1,16)	0,06	0
Versengés	2,63 (1,10)	2,59 (1,10)	3,41 (1,10)	10,44***	0,50
Megküzdés	2,88 (1,06)	2,88 (1,06)	3,03 (1,13)	1,97†	0,14
Képességfejlesztés	2,98 (1,18)	2,95 (1,18)	3,57 (1,08)	8,01***	0,55
Fantázia	2,89 (1,23)	2,89 (1,23)	2,88 (1,23)	-0,03	0,01
Rekreáció	4,45 (0,67)	4,45 (0,67)	4,37 (0,69)	-1,69	0,12

Megjegyzés: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$; † $p = 0,05$. Függetlenmintás t-próbát alkalmaztam az alábbi változók mentén: pszichés distressz [választartomány: 0-4], játékhasználati-zavar [választartomány: 0-9], játékidő [választartomány: 0-5] és online videojáték motivációk [választartomány: 1-5]. A hatásmérték mutatók a *Cohen d* értékei.

Az előzetes eredmények azt mutatják, hogy az e-sportolók szignifikánsan több játékidővel rendelkeznek mind átlagos hétköznapjaikon ($M_{\text{esport}} = 2,98$ és $SD = 1,41$; $M_{\text{hobby}} = 2,32$ és $SD = 1,40$) mind pedig átlagos hétvégi napjaikon ($M_{\text{esport}} = 4,72$ és $SD = 1,40$; $M_{\text{hobby}} = 3,95$ és $SD = 1,60$) mint a hobbijátékosok. Sőt, a két játékos csoport a játékmotivációk tekintetében is különbséget mutatott: az e-sportolók szignifikánsan magasabb pontot értek el a társas, versengés és képességfejlesztés motivációkban (lásd., 8. táblázat: *Pszichopatológiai és videojáték-használathoz köthető változó*).

5.3.2. Mediációs elemzés

A mediációs modell felállításakor azt a kutatási kérdést fogalmaztuk meg, hogy a korábbi videojátékos kutatások nyomán feltételezhető a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között közvetlen kapcsolat, valamint egy olyan közvetett kapcsolat is, melyben a játékos motivációk mediálnak. Az elméleti alapokon nyugvó mediációs modellt a SEM-ben teszteltük. A pszichés distressz összesített index értéke (a Rövid Tünet Skála depresszió, szorongás és pszichoticitás alszállék összefoglaló indexe) folytonos változóként lépett be a modellbe, mint input/bemeneti változó. Output, vagyis kimeneti folytonos változóként léptettük be a modellbe a játékhasználati-zavar összpontszámát (10-tételes Internetesjátékhasználati Zavar Teszt). A modell mediációs változói az Online Játékmotivációs kérdőív által mért hét játékos motiváció, melyek folytonos látens változók.

A modellt külön vizsgáltuk e-sportoló és rekreációs almintán többcsoportos (multigroup) elemzéssel a SEM-en keresztül. A hobbijátékosok és az e-sportolók modelljei megfelelő illeszkedést mutattak ($\chi^2_{4284}=4978,5$; e-sportolók: $\chi^2=586,3$; hobbijátékosok: $\chi^2=4392,2$, $p<,001$; CFI=0,938; TLI=0,930; RMSEA=0,053, 95% CI 0,051-0,055; Cfit>0,90; SRMR=0,046).

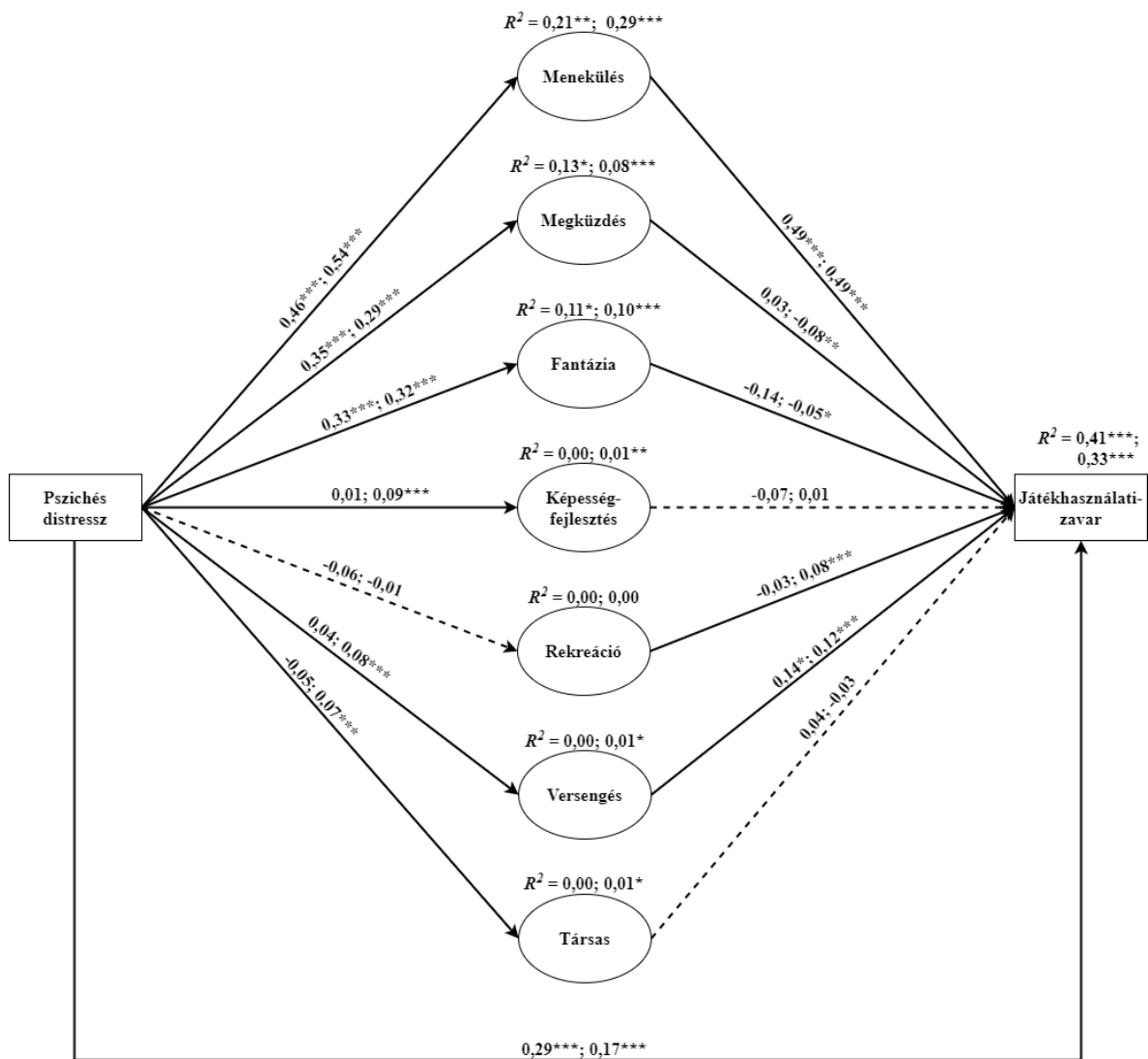
A teljes modell az eredményekkel a 4. ábrán látható (lásd., 4. ábra: *Többcsoportos (multigroup) elemzés és az útelemzés együtthatói a két játékos típusban*), az eredmények vizualizációja azt mutatja meg, hogy a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közvetlen útján szignifikáns hatás mutatkozik mindkét játékos alcsoportban, valamint a menekülés motiváció szignifikáns közvetítő szerepet tölt be mind az e-sportoló, mind a hobbijátékos modellben.

4. ábra: Többscsoportos (multigroup) elemzés és az útelemzés együtthatói a két játékos típusban

E-sportolók ($n=205$) és hobbijátékosok ($n=4079$). Az első (bal oldali) érték jelöli az e-sportoló minta elemzés eredményeit, míg a második (jobb oldali) érték a hobbijátékos minta eredményeit mutatja be. A könnyebb átláthatóság érdekében a szignifikáns útvonalakat (mediáló és közvetlen út) folytonos vonal jelöli, míg a szaggatott vonal a nem-szignifikáns utakat.

*** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$; † $p = 0,05$.

Emellett az ábra könnyebb értelmezése érdekében nem került jelölésre az ábrán az indikátor változók a látens mediátor változók közötti szignifikáns kapcsolat, valamint az összes mediátor változó hibáinak kovarianciája.



Az e-sportoló csoportban a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közti direkt út standardizált hatás mértéke 0,29 ($p < 0,001$), míg a menekülés motiváció által mediált útvonal standardizált hatás mértéke 0,22 ($p < 0,001$), mely a 45,8%-a a teljes hatásmértéknek a modellen belül. A további játékmotivációk által mediált útvonalak esetén nem volt szignifikáns eredmény az e-sportolói csoportban. A teljes modell a játékhasználati-zavar teljes varianciájának 41%-át magyarázza.

A hobbijátékosok esetén a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közötti direkt útvonalnál a standardizált hatás mértéke 0,17 ($p < 0,001$), míg a mediációs útvonalak esetén 0,23 ($p < 0,001$) hatásméretéről beszélhetünk, amely a teljes hatásmérték 57,1%-át jelenti. A teljes modell a játékhasználati-zavar teljes varianciájának 33%-át magyarázza. A rekreációs játékosok csoportjában több motiváció esetén is szignifikáns eredményt kaptunk, úgy mint a menekülés, megküzdés, fantázia és versengés. Az eredmények alapján látható, hogy a motivációk indirekt hatásai az alábbi módon alakultak: menekülés motiváció esetén 0,26 ($p < 0,001$), megküzdés (-0,023; $p < 0,01$), fantázia (-0,016; $p < 0,05$) és versengés (0,01; $p < 0,001$) szignifikáns eredmények. A két modell (e-sportoló és hobbijátékos minta) összehasonlítása nem vezetett szignifikáns eredményhez a Wald-teszt alapján, így a játékos típusok között a mediációs modell nem különbözik.

5.4. Diskusszió

Jelen kutatás eredményei rávilágítanak arra, hogy az e-sportolók a videojátékokat sokkal intenzívebben használják, mint a rekreációs játékosok. Az eredmények alapján elmondható, hogy az e-sportolók és a hobbijátékosok eltérő módon használják a videojátékokat, ez a különbség mind a játékidjükben (pl. az e-sportolók hosszabb ideig játszanak egy-egy alkalommal akár hétköznap, akár hétvégén, mint a hobbijátékosok), mind a játékos motivációkban megmutatkozik (e-sportolók magasabb értéket értek el versengés, társas és képességfejlesztés motivációk esetén). Ezen eredmények összecsengenek a korábbi kutatásokkal, melyek azt találták, hogy a versengés és szociális faktorok, valamint a játékosok képességfejlesztésére/ önmaguk fejlesztésére irányuló törekvéseik az e-sportolók körében jellemzőbbek (Himmelstein és mtsai, 2017; Kim & Thomas, 2015; Lee & Schoenstedt, 2011b; Martončík, 2015; Weiss & Schiele, 2013).

A versengés motiváció magas szintje azok számára jelenthet előnyt, akik az e-sportban kívánnak karriert építeni vagy befutott játékosként segíthet nekik fenntartani profi szintű

teljesítményüket (Kim & Thomas, 2015). A magas társas motiváció ugyancsak segíthet az e-sportolóknak abban, hogy egy csapat hatékony tagjává váljanak. Továbbá az e-sport közösségen belül is nagy előnyt jelenthet, ha valaki közösségi, szociabilis személyiség (pl., társak nyomása, társas összehasonlítás lehetősége, előnyös és támogató csapattagság elnyerése, jelentőségteljes baráti kapcsolatok kialakítása)(Lee & Schoenstedt, 2011b; Martončík, 2015). A képességfejlesztés motiváció magas szintje szintén a sikeres e-sportolóvá válást segítheti. Ebbe beletartozik, hogy a játékos hajlandó széleskörű tudást és ismereteket szerezni az adott játékról, képes legyen stratégiai gondolkodásra és gyors döntéshozatalra, motivált legyen magára a játékokra és önfejlesztésre, valamint fejlődésközpontú gondolkodás-, és szemléletmóddal rendelkezzen (Himmelstein és mtsai, 2017).

Ezen motivációk megléte segíthet az e-sportolóknak a vereséggel/kihívásokkal megküzdeni, miközben a játéktevékenységet továbbra is önmagában jutalmazó tevékenységként élhetik meg (Kim & Thomas, 2015).

Jelen kutatás emellett a játékmotivációk, pszichés distressz és játékhasználati-zavar kapcsolatát is megpróbálta feltérképezni az e-sportolók és a hobbijátékosok körében. Összességében a pszichiátriai tünetek direkt és indirekt módon is összefüggtek a játékhasználati-zavarral. Mind az e-sportoló, mind a hobbijátékos csoportban az eszképzizmus, vagyis menekülés motiváció volt az egyetlen, mely jelentős közvetítő hatást mutatott a modellekben, míg a rekreációs játékosok esetén gyengébb mediáló hatása a versengés, fantázia és megküzdés motivációknak is megjelent. Sőt negatív kapcsolatot mutattak a játékhasználati-zavarral. Ebben a regresszió negatív szupresszor hatása is közrejátszhatott, mivel a menekülés, fantázia és megküzdés motivációk alapvetően szorosan együttjáró motivációk (Demetrovics és mtsai, 2011).

Jelen kutatás eredménye arra is rámutatott, hogy az e-sportolók és a hobbijátékosok között nincs különbség a játékmotivációk közvetítő szerepében a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar kapcsolatában.

A menekülés motiváció megélésével a játékosok a való életbeli problémáikat próbálják elkerülni a játékhasználattal (Demetrovics és mtsai, 2011). A korábbi kutatások is az eszképzizmus motivációt emelik ki, mint a problémás játékhasználattal leginkább összefüggő játékmotivációt. Emellett több vizsgálat mutatott rá az eszképzizmus pszichés distressz és

játékhasználati-zavar közötti mediáló szerepére (Ballabio és mtsai, 2017; Billieux és mtsai, 2013; Dauriat és mtsai, 2011; Hagström & Kaldó, 2014; Kardefelt-Winther, 2014; Király, Nagygyörgy, és mtsai, 2015; Király, Urbán, és mtsai, 2015; Kuss & Griffiths, 2012; Kwon és mtsai, 2011; Nagygyörgy és mtsai, 2012; Xu, Turel, & Yuan, 2012; Yee, 2006b). Annak ellenére, hogy jelen kutatás nem talált különbséget az e-sportolók és a rekreációs játékosok között, maga a menekülés motiváció önmagában eltérő hatást fejthet ki különböző játékos típusok esetén. Az eszképzizmus lehet egy maladaptív megküzdési stratégia a hobbijátékosok körében (Ballabio és mtsai, 2017; Dauriat és mtsai, 2011; Király, Urbán, és mtsai, 2015; Kuss és mtsai, 2012; Kwon és mtsai, 2011; Nagygyörgy és mtsai, 2012). Ugyanakkor a menekülés motiváció az erősen kompetitív játékosok körében más jelentéssel és következményekkel is bírhat. Weiss és Schiele (2013) például az e-sport játékosok egyik legfőbb motivációjaként azonosították az eszképzizmust. Ezt figyelembe véve a menekülés motiváció összefügghet azzal, hogy az e-sportoló játékosok egy erős karaktert szeretnének a játékon belül építeni vagy magas rangot szeretnének a játékban szerezni, versenyelőnyre szert téve a virtuális világban való elmerülés során. A játékosok versengőbben viselkedhetnek, erősnek érezhetik magukat vagy így tapasztalhatják meg, hogy képesek az eléjük kerülő problémákkal megküzdeni az adott játék kontextusában, szemben a valósággal (Weiss & Schiele, 2013). Jelen kutatás eredményei alapján a menekülés motiváció jelenléte e-sportolók körében ugyancsak előfordulhat nagyobb arányban és problémákat vagy akár játékhasználati-zavart is előre jelezhet. Kardefelt-Winther (2014) tanulmányában is kiemelte, hogy a magas eszképzizmus motiváció jelenléte egy játékos életében sokkal komplexebb folyamatokon keresztül hathat a játékhasználati-zavar megjelenésére. A magas menekülés motiváció mellett, ha a játékos életében magas stressz-szintet él meg, alacsony a pszichés jólléte és az önértékelése, ezek együttjárásával a menekülés motiváció valóban képes lehet előre jelezni a játékhasználati-zavar megjelenését.

Ugyanakkor Kardefelt-Winther (2014) arra is rámutat, hogy azok a játékosok, akiknek magas a mindennapi stressz-szintjük, de stabil pszichológiai jólléttel és önértékeléssel rendelkeznek, a magas eszképzizmus motiváció mellett sem használják problémásan a videojátékokat. A menekülés motiváció és a negatív játékhasználati kimenet közötti kapcsolatot feltételezhetően ezek a pszichológiai együttthatók módosíthatják. Az „ezer arcú” eszképzizmus motiváció megismerése segíthet a figyelmet az e-sportolók mentális

egészségére is irányítani. Ezen profi játékosok számára fontos lehet a segítő szakemberek támogatása a stabil önértékelés és megfelelő szubjektív jóllét kialakításában és fenntartásában.

Összességében elmondható, hogy a játékmotivációk mediáló szerepe a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között hasonlóságot mutat e-sportolók és hobbijátékosok körében. Jelen kutatás eredményei egybecsengenek a korábbi modellekkel, alátámasztva azt, hogy a menekülés motiváció lehet a legerősebb prediktora a problémás videojáték-használat kialakulásának mindkét játékos típus esetén.

5.4.1. Korlátok

A nagy elemszám ellenére a kutatással kapcsolatban számos limitáció említhető meg az adatfelvétellel kapcsolatban, melyeket érdemes szem előtt tartani. A kutatásban való részvétel önkéntes volt, és a kitöltők magyar nyelvet is beszélő országokból (pl. Magyarország, Szlovákia, Románia) származtak. Mivel csak magyarul beszélő játékosok vettek részt a kérdőív kitöltésében, ez befolyással lehet az adatok általánosíthatóságára (eltérés mutatkozhat nemzetközi adatokkal összevetve, más standardok lehetnek például az e-sport események gyakoriságában és minőségében) és reprezentativitását is limitálhatják. Továbbá megjelenhet az önkitöltő kérdőívekre jellemző válaszadási elfogultság/torzítás is, mint a szociális kívánatosság vagy torzítások a visszaidézésben/emlékezésben. A GameStar követői (ahol a kérdőív megjelent) feltételezhetően többségében férfi felhasználók, emiatt a kitöltők között is magas a férfi játékosok aránya. Az e-sportoló és a rekreációs játékos kategorizációval kapcsolatban is érdemes felhívni arra a figyelmet, hogy az e-sportoló kategóriát a játékosok a versenyeken való részvétel számában határoztuk meg (típus és a gyakoriság), de ez nem egy rigorózus empirikus módszer a kategória kialakítására. Ennélfogva a későbbiek során e-sportolók kategorizálásakor egy ennél standardizáltabb módszert érdemes alkalmazni. Végezetül a keresztmetszeti elrendezés miatt a jelen kutatás eredményeiből nem vonhatóak le ok-okozati következtetések. A jövőben érdemes szem előtt tartani a több játékos közösségben történő és/vagy longitudinális design menti adatfelvétel lehetőségét a diverzitás érdekében. Emellett érdemes lehet ténylegesen klinikailag diagnosztizált, játékhasználati-zavarban szenvedő játékosokat is bevonni a kutatásokba, ezen pszichológiai profil jobb megértése érdekében.

5.4.2. Implikációk és konklúzió

A videojátékosok mentális egészségére fókuszáló korábbi kutatásokhoz kapcsolódva, melyek a motivációkat, lehetséges negatív játékhasználati következményeket vizsgálták, a jelen tanulmány a videojátékhasználat sokszínűségére igyekszik felhívni a figyelmet. Az e-sportot, mint professzionális, mesteri szintű játékhasználatot nem pusztán egy videojátékhasználati típusként lehet jellemezni, hanem alternatív sporttevékenységnek is tekinthető. Számos kutató foglalkozik magának a problémás játékhasználatnak a megértésével, nagyon kevés kutatás fókuszál azonban az e-sportolók pszichológiai állapotára. Jelen tanulmány egyrészt rámutathat arra, hogy az e-sportolók játékhasználata különbözik a hobbijátékosokétól játékidőben és játékmotivációkban is. Másrészt új nézőpontot kíván behozni a játékhasználati-zavar pszichés hátterének megértésébe azzal, hogy a játékmotivációk mediáló hatását vizsgálja a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között hobbijátékos és e-sportolói mintákon. A versenyző és a rekreációs játékosok hasonlóságot mutatnak e tekintetben, azt a tudományos nézőpontot erősítve, hogy játékos típustól függetlenül a menekülés motiváció lehet a legerősebb előrejelzője a problémás játékhasználat kialakulásának.

Ugyanakkor a menekülés motiváció más háttérmechanizmusokkal és pszichológiai háttérváltozókkal függhet össze e-sportolóknál és hobbijátékosoknál. Ennek feltárása további kutatást igényel. Továbbá maga az eszközizmus motiváció is egy sokkal összetettebb mechanizmussal kapcsolódik össze a problémás játékhasználattal. A játékos mentális egészségének különböző aspektusai erősíthetik vagy éppen gyengíthetik a hatását, például a megélt stressz-szintje a hétköznapi életben, a pszichológiai jóllét vagy az önértékelés szintje (Kardefelt-Winther, 2014). A menekülés motiváció összetettsége több kérdést is felvet: hogyan és miért menekül egy e-sportoló a játékokba a valóság elől? Hogyan befolyásolja a menekülés motiváció egy e-sportoló karrierjét? Az eszközizmus negatív következményekkel járhat az e-sportoló életében, sőt a karrierének is véget vethet hasonlóan, mint ahogy hagyományos sportolók képviselőit érő trauma vagy sérülés esetén. Fontos lehet hasonló támogató módszerek alkalmazása, mint a hagyományos sportok képviselőinél (pl. mentális tréning, optimális önértékelés fejlesztése, adaptív megküzdési módok versenyhelyzetben).

Kutatásunkban bemutatott eredményei újszerű megközelítést adhatnak a játékhasználat kutatásához. Jelen pillanatban ez az első olyan kutatás, amely e-sportolókat hasonlított össze rekreációs játékosokkal pszichológiai jellemzőik alapján. Ugyan számos hasonlóság látható a két vizsgált csoport között, de az e-sportolók sokkal intenzívebben használják az adott videojátékokat, mint a rekreációs játékosok. Míg a kutatások elsősorban nem tartják szükségszerűen negatív előjelnek az intenzív játékhasználatot (Billieux és mtsai, 2013; Chung és mtsai, 2019; Griffiths, 2010b), a mostani eredmények arra engedhetnek következtetni, hogy az e-sportolók intenzív játékhasználatára problémás színezetet is ölthet. Ez felvet egy újabb elméleti kérdést: a játékhasználati-zavarral rendelkező e-sportolók játékfüggőnek vagy munkafüggőnek tekinthetők (Faust és mtsai, 2013)? Ezzel a kérdéssel párhuzamba hozhatóak azok a profi pókeresekről (Delfabbro & King, 2019; Reher & Griffiths, 2012) vagy sportolókra szóló kutatások (Szabo, Griffiths, Marcos, Mervó, & Demetrovics, 2015), melyek azt vizsgálják, hogy ezek a versenyzők lehetnek-e szerencsejáték-függők vagy testmozgás-függők.

A most bemutatott kutatás eredményeit látva előfordulhat, hogy az e-sportolói mintában is lehetnek olyan játékosok, akik problémás játékhasználók, mint ahogy profi pókeres is lehet egyben szerencsejáték-függő is. Ennek a lehetséges mechanizmusnak a feltárása fontos lehet az e-sporttal foglalkozó szervezetek számára is, melyek szigorú szabályrendszert dolgoztak ki a különböző teljesítményfokozó szerek használatának szűrésére. Jelen vizsgálat eredményeiből kiindulva érdemes lehet a profi játékosok problémás játékhasználatával vagy játékhasználati-zavar kialakulásával kapcsolatban is szűrést bevezetni.

6. Megküzdési stratégiák és az e-sport moderáló szerepe a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar kapcsolatában⁶

6.1. Elméleti bevezető

Mára a videojátékok az egyik legnépszerűbb szabadidős tevékenységekké váltak a jóléti országokban (Entertainment Software Association, 2019). A nagy népszerűség, amelynek ez a rekreációs tevékenység jelenleg örvend, magával hozta a játékok újabb használati módját: többek között azt is, amikor a játékosok mesteri szintre fejlesztik egy adott játékon belüli képességeiket. A versenyszerű videojáték-használat, vagyis az e-sport ('*electronic sports*'), a mai játékosközösségekben meghatározó és sokak által követett tevékenységgé vált (Adamus, 2012; Hemphill, 2005; Jonasson & Thiborg, 2010; Wagner, 2006). Az e-sport eseményeket ma már az egész világon nemzetközi szintű bajnokságok formájában is megrendezik, amelyet szponzorok támogatnak vagy egy-egy csapat/versenyző támogatójaként is megjelennek (esetenként egy-egy e-sport csapat tulajdonosai is, nem csak támogatói, például Astralis CS:GO csapata a Mercedes tulajdonában áll). Továbbá ezeket a bajnokságokat – ugyanúgy mint más hagyományos sporteseményeket – szakkomentátorok kommentálják, a versenyeket pedig online (különböző streaming platformokon, úgy mint Twitch, YouTube) vagy offline (vagyis a helyszínen élőben) is nagy közönség követheti figyelemmel. A győztes versenyzők komoly pénzjutalommal is számolhatnak a bajnokság végén (Taylor, 2012).

Ugyan a játékosok döntő többsége világszerte egészséges módon játszik videojátékokkal, egy kis szelete a játékosközösségnek függőséggel kapcsolatos tüneteket tapasztalhat és komoly distresszt élhet meg életének fontos területein (úgy mint személyes, családi, társas, oktatás, munkahely) (Rumpf és mtsai, 2018). Ezen probléma jelentőségét az is tükrözi, hogy 2013-ban az *Internetjáték-használati zavar* bekerült a Mentális Betegségek Diagnosztikai és Statisztikai Kézikönyvének (DSM-5) „További kutatást igénylő modellek” szekciójába (3. szekció) (American Psychiatric Association, 2013). 2013-tól kezdve számos új kutatás látott napvilágot a témában, melynek köszönhetően hat évvel később, 2019-ben az Egészségügyi Világszervezet (WHO) a legújabb Betegségek Nemzetközi Osztályozási Rendszerét

⁶ A fejezet a Bányai, F., Zsila, Á., Kökönyei, G., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2020). *Do coping mechanisms and being an esports player moderate the relationship between psychiatric symptoms and gaming disorder?* kézirat fordított változata kisebb módosításokkal.

tartalmazó kötetének kiadásakor felvette a hivatalosan diagnosztizálható betegségek közé a videojáték-függőséget játékhaználati-zavar (Gaming Disorder; GD) névvel (World Health Organization, 2019). A játékhaználati-zavarnak számos definíciója létezik a mai napig, melyek továbbra is arra engednek következtetni, hogy a tudományos körökben még nem született egységes konszenzus a jelenség megértésében. Jelen kutatásban a legfrissebb, Egészségügyi Világszervezet (WHO) által is elfogadott terminust, vagyis a játékhaználati-zavar megnevezést használjuk a könnyebb értelmezhetőség érdekében.

Az alkohol- vagy kémiaiszter-függőség eseteihez hasonlóan, a játékhaználati-zavarral kapcsolatban is számos epidemiológiai kutatás talált már összefüggést depresszív vagy szorongásos szimptomákkal (H. Jeong és mtsai, 2019; Király és mtsai, 2019; Müller, Beutel, Dreier, & Wölfling, 2019). A vizsgálatok igyekeztek feltárni azt is, hogy milyen pszichés tényezők moderálhatják, módosíthatják a pszichés distressz és játékhaználati-zavar közötti kapcsolatot. Például a pszichés distressz egyén életére gyakorolt negatív hatása összefügg-e az egyén megküzdési módjaival (Vitaliano, DeWolfe, Maiuro, Russo, & Katon, 1990)?

A megküzdés ('coping') értelmezhető úgy, mint az egyén egy kognitív vagy viselkedési válasza, amellyel reagál a stresszes szituációkra és a hozzájuk kapcsolódó érzelmekre (Lazarus & Folkman, 1984). Ha az egyén környezetét és céljait (vagyis az adott stresszre adott válaszreakciók kontextusát) is figyelembe vesszük, úgy egyértelműen meghatározható, hogy mennyire hatékony az adott megküzdési stratégia (Cheng, 2001; Troy és mtsai, 2013). Ez alapján megkülönböztethetünk adaptív és maladaptív megküzdési módokat. Ezt az egyszerű klasszifikációt a megküzdési stratégiák esetében azonban több kutató vitatja.

Egy-egy megküzdési típust tisztán maladaptívnek, tekinthetünk abban az esetben, ha (különösen) hosszú távon negatív vagy szegényes következményekkel jár. Például a rumináció (rágódás) és az elkerülés konzisztensen a pszichopatológiával mutat összefüggést (Aldao, Nolen-Hoeksema, & Schweizer, 2010). Hasonlóan, tisztán adaptív megküzdési stratégiának nevezhetjük azokat a stresszre adott válaszreakciókat, melyek összességében pozitív kimenettel járnak. Például az elfogadás megküzdési stratégia a jobb mentális egészséggel mutatott összefüggést (Baer, Smith, & Allen, 2004).

Számos kutatás vizsgálta már a megküzdési stratégiák és a játékhaználati-zavar közötti kapcsolatot. A tanulmányok eredményei alapján a játékhaználati-zavar feltehetően olyan

megküzdési stratégiákkal mutat összefüggést, melyek maladaptívak vagy nem megfelelőek (diszfunkcionális) (Paulus és mtsai, 2018), úgy mint tagadás, elhatárolódó viselkedés (Schneider és mtsai, 2018); médiával összefüggő megküzdés, figyelemelterelés, önmagunk hibáztatása (Dreier és mtsai, 2017; Milani és mtsai, 2018; Rosenkranz és mtsai, 2017); katasztofizálás vagy rumináció (Kököneyei és mtsai, 2019). Emellett a feltehetően adaptív megküzdési módok, úgy mint aktív megküzdés, pozitív átkeretezés vagy pozitív újraértékelés kisebb gyakorisággal jelenhetnek meg azon játékosok körében, akiknél magas a játékhasználati-zavar kockázata. Illetve negatív összefüggést mutattak a játékhasználati-zavar tüneteinek mennyiségével (Dreier és mtsai, 2017; Kököneyei és mtsai, 2019). Továbbá a feltételezeten maladaptív megküzdési stratégiák erősebb összefüggést mutattak játékhasználati-zavarral, míg az adaptívnak címkézett megküzdési módoknak gyengébb lehet az ereje.

Néhány tanulmány nem pusztán az egyenes úti kapcsolatot próbálta feltérképezni a megküzdési stratégiák és a játékhasználati-zavar között, hanem összetettebb modelleket is teszteltek. Ezekben a vizsgálatokban a megküzdési stílusok közvetítő szerepbe kerültek a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar kapcsolatában. Ezen komplex modellek alapján úgy tűnik, hogy nagyobb stressz megélése vagy a pszichiátriai problémák magasabb szintű jelenléte összefügghet a diszfunkcionális megküzdési stratégiákkal (úgy mint elkerülés, média fókuszú megküzdés), amelyek előrejelzői lehetnek mind a játékhasználati-zavarnak, mind az általános problémás internethasználat kialakulásának. A pszichiátriai tünetegyüttesek és a megküzdési stratégiák között mérsékelt vagy erős moderáló erőt azonosítottak a modellek, míg a megküzdési stratégiák és a játékhasználati-zavar között gyenge vagy mérsékelt erősségű volt a hatás mértéke (Kuss, Dunn, és mtsai, 2017; Li és mtsai, 2016; McNicol & Thorsteinsson, 2017).

Habár a megnövekedett pszichés distressz (pl. depresszió megléte) feltehetően növelheti a kockázatát annak, hogy az egyén diszfunkcionális megküzdési módokat használjon (Brand, Laier, & Young, 2014), az is ugyanúgy valószínűsíthető, hogy a megküzdési stratégiák diszpozíciós vagy vonás-jellegűek a személy életében és befolyásolhatják a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közötti kapcsolatot (e.g., Ballabio és mtsai, 2017; Király, Urbán, és mtsai, 2015; Wai Yen, Reer, & Thorsten, 2020). Feltételezhetjük, hogy azon személyek esetében, akik gyakrabban maladaptív vagy diszfunkcionális megküzdési

startégiát használnak stresszes szituációkban, erősebb a kapcsolat a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között, mint akik adaptív megküzdési stratégiákat használnak általánosságban. Ennélfogva, jelen vizsgálat azt teszteli, hogy a megküzdési módok (adaptívak és maladaptívak) moderálnak-e a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között az előbb bemutatott módon.

Jelen kutatásnak emellett van egy második célkitűzése is: szeretnénk volna tesztelni, hogy a játéktevékenység típusa (hobby vagy e-sport) moderálhatja-e a kapcsolatot a pszichiátriai szimptomák megléte és a játékhasználati-zavar között. Nagyobb lehet-e e-sportolók esetében a játékhasználati-zavar kialakulásának kockázata, mint rekreációs játékosok esetén, figyelembe véve a versenyzők „túlzó” játékhasználatát (Chung és mtsai, 2019)? Jelen pillanatban meglehetősen kevés olyan kutatás létezik, mely az e-sportolókat mint a játékhasználati-zavar kialakulásának egy magasabb kockázati csoportját vizsgálják. Ugyanakkor fontos kérdés, hogy hány feltörekvő, kezdő e-sportoló esetén figyelhető meg ez a jelenség? Azon kevés tanulmány alapján, melyek az e-sportolókat és a hobbijátosokat hasonlítják össze játéktevékenységük, motivációik vagy akár a játékhasználati-zavar kialakulásának kockázata mentén, látható, hogy az e-sportolók körében nem jellemzőbb a játékhasználati-zavar kialakulása (vagyis nem azonosítható több tünet). Valamint a játékhasználati-zavar hátterében álló mechanizmusok is hasonlóak e-sportolók és kifejezetten elkötelezett rekreációs játékosok (*'highly engaged'*) között (Ballabio és mtsai, 2017; Bányai és mtsai, 2019; Király, Urbán, és mtsai, 2015). Így jelen vizsgálatban a második célkitűzés az volt, hogy az e-sportolók nem fognak szignifikánsan különbözni az elkötelezett hobbijátékosoktól a pszichés distressz – játékhasználati-zavar közötti kapcsolatban.

6.2. Módszerek

6.2.1. Vizsgálati személyek

A kutatásban résztvevő játékosok számára a kérdőív Magyarország egyik legnagyobb online videojátékos közösségét magáénak tudó, videojátékokkal foglalkozó magazinja – a GameStar – online felületein került promótálásra (2016 november-december között). Az adatfelvételi eljárás azonos a korábban bemutatott vizsgálattal, vagyis a magyarul beszélő kitöltők tudtak részt venni a kutatásban, mely önkéntes és anonim volt. A vizsgálatban 14 év felettiek is részt vehettek. Ezesetben a 14-17 év közötti kitöltők a kérdőív elején szülői beleegyező nyilatkozat kitöltése után vehettek részt a vizsgálatban.

A nagyobb kitöltőszám elérése érdekében nyereményjáték keretén belül a kitöltők 2 db 60.000 Ft értékű elektronikai áruházban levásárolható ajándékutalványt nyerhettek. Ugyan a teljes kérdőív kitöltése önkéntes volt, a nyereményjátékban való részvétel esetén a válaszadóknak meg kellett adniuk egy hivatalos, működő e-mail címet, amelyet csak addig tároltunk, míg az ajándékutalványt kisorsolásra nem került és ezen csatornán keresztül értesítettük a nyerteseket. Ezt követően az e-mail címek törlésre kerültek az adatbázisból és nem volt lehetséges az egyéni beazonosíthatóság.

Összesen 7815 kitöltő kezdte el a kérdőívet. Jelen vizsgálat kutatási kérdései alapján az elemzésben csak azon kitöltők válaszait használtuk, akik a vizsgált változókat mérő kérdőíveket teljesen kitöltötték (vagyis a pszichiátriai tünetek, megküzdési stratégiákat és a játékhasználati-zavar tüneteit mérő skálákat). Ennélfogva a mostani elemzésbe 3476 kitöltő adatai kerültek be (90,1% férfi, $M_{kor} = 23,20$ év; $SD = 6,48$).

6.2.2. Mérőeszközök

6.2.2.1. Szocio-demográfiai változók

A kutatásban résztvevőknek nyilatkozniuk kellett szocio-demográfiai státuszukról, mely során az alábbi kérdéskörökben vártuk válaszukat: életkor, nem, oktatásban eltöltött évek száma, jelenleg dolgozik és/vagy tanul és a családi állapot.

6.2.2.2. Videojáték-használattal összefüggő változók

A kitöltők játékhasználati szokásainak feltérképezése érdekében több témakörben is vizsgáltunk. Egyrészt a játékidő riportolása során a kérdezetteknek meg kellett becsülnie,

hogy egy átlagos hétköznapon és egy átlagos hétvégi napon hány órát játszanak (0 = „Egyáltalán nem játszom”, 1 = „Kevesebb mint 1 órát játszom”, 2 = „1-2 órát játszom”, 3 = „2-4 órát játszom”, 4 = „4-6 órát játszom”, 5 = „Több mint 6 órát játszom” válaszlehetőségek voltak adottak). Az átlagos játékidőt/nap ezt követően a következő módon számítottuk ki: $(5 \cdot \text{hétköznap} + 2 \cdot \text{hétvégi nap}) / 7$, míg az egy hétre vonatkozó heti átlagos játékidőt az alábbi módon: $5 \cdot \text{hétköznap} + 2 \cdot \text{hétvégi nap}$ számítottuk ki.

Ahhoz, hogy az e-sportoló játékosokat meg tudjuk különböztetni a hobbijátékosoktól, a kérdezettek számos e-sporttal kapcsolatos kérdésre is válaszolhattak, úgy mint a versenyek platformja (online és/ vagy offline [LAN] versenyeken vettek-e részt) és az e-sport versenyek gyakorisága (1 = ‘Nem vettem részt versenyen’, 2 = ‘1–2 alkalommal’, 3 = ‘3–5 alkalommal’, 4 = ‘6–11 alkalommal’, 5 = ‘Néhányszor egy hónapon belül [1–3 alkalommal]’, 6 = ‘Hetente vagy még gyakrabban’). Bányai és munkatársai (2019) klasszifikációs módszerét követve, valamint az e-sportolók pszichológiájával foglalkozó elméleti megközelítéseket (Hemphill, 2005; Taylor, 2012; Wagner, 2006) és a jelenlegi e-sport események szervezésének módszerességét is figyelembe véve azon kitöltők kerültek az e-sportolói kategóriába, akik legalább 6-11 alkalommal versenyeztek az elmúlt egy évben online és/vagy offline bajnokság keretein belül; míg azok a játékosok, akik ugyan öt alkalommal vagy annál kevesebbszer vettek részt az elmúlt évben e-sport versenyeken a ‘rekreációs játékos’ kategóriába kerültek besorolásra.

6.2.2.3. *Megküzdési stratégiák*

A megküzdési stratégiák mérésére a Rövidített COPE Skálát (Brief COPE Scale; BCOPE; Carver, 1997) használtuk. A BCOPE önkitöltős kérdőív, mely 14 eltérő megküzdési stratégiát mér (lásd., *1. melléklet: A Brief COPE Skála*), úgy mint figyelemelterelés, aktív megküzdés, tagadás, szerhasználat, érzelmi támogatás használata, instrumentális segítség használata, viselkedéses feladás, ventillálás, pozitív átkeretezés, tervezés, humor, elfogadás, vallás és önhibáztatás. Mindegyik megküzdési stratégiát 2-2 tétel méri a kérdőívben, melyeket 4-pontos Likert-típusú skálán értékelhet a kitöltő, hogy mennyire jellemző rá az adott állítás (válaszlehetőségek: 1 = “Egyáltalán nem” és 4 = “Az esetek többségében”). Jelen vizsgálatban a BCOPE eredeti alskálái közül több is alacsony belső konzisztenciát mutatott:

figyelemelterelés ($\alpha = 0,55$), ventillálás ($\alpha = 0,58$), viselkedéses feladás ($\alpha = 0,61$), elfogadás ($\alpha = 0,66$) és a tervezés ($\alpha = 0,69$).

Korábbi tanulmányok is rávilágítottak arra, hogy a BCOPE eredeti faktorszerkezete alacsony belső konzisztenciával rendelkezik. Ezen kutatások alternatív faktorszerkezeteket tártak fel az eredeti 14-tételes Brief COPE Skálán. A hasonló megküzdési stratégiák között felfedezett kapcsolatnak köszönhetően javulnak a kérdőív pszichometriai mutatói (Baumstarck és mtsai, 2017; Bose, Bjorling, Elfstrom, Persson, & Saboonchi, 2015; Brasileiro és mtsai, 2016). Ezt a módszertant követve feltáró faktorelemzést (EFA) végeztünk el az eredeti kérdőíven és egy alternatív, pszichometriailag is megfelelő faktorstuktúrát hoztunk létre. Az EFA alapján 8 faktort különíthetünk el egymástól, melyeket maladaptív és adaptív jellemzőjük alapján kategorizáltuk is az alábbi módon: az érzelmi/társas támogatás, az aktív megküzdés, a humor, a vallás és az elfogadás feltehetően adaptív megküzdési módok lehetnek, míg az önhibáztatás/figyelemelterelés, a szerhasználat és a tagadás maladaptívnek tekinthető. Az újonnan kialakult faktorszerkezettel a kérdőív egyes alskálái jobb belső konzisztenciát mutatnak 0,78 és 0,92 érték között, kivéve az elfogadás ($\alpha = 0,66$) és önhibáztatás/figyelemelterelés faktort ($\alpha = 0,68$), ahol a Cronbach alfa a 0,70-es határvonal alatt vannak (lásd., 9. táblázat: *Feltáró faktorelemzés alapján kapott faktorok Promax rotációval*).

6.2.2.4. Pszichiátriai tünetek

A pszichiátriai tüneteket feltárására a Rövid Tünet Skála (Brief Symptom Inventory; BSI; Derogatis & Spencer, 1975) magyar változatát használtuk (Urbán és mtsai, 2014), mely 53 kérdéssel vizsgálja a különböző pszichiátriai tünetegyüttesek meglétét egy 5-fokú Likert-típusú skálán, ahol a 0 – „Egyáltalán nem” és a 4 – „Nagyon” választ jelöli. A kérdőív összesen kilenc pszichiátriai tünetegyüttest azonosít: szomatizáció, obszesszív-kompulzív viselkedés, interperszonális érzékenység, depresszió, szorongás, ellenségesség, fóbia, paranoia és pszichoticizmus.

Jelen vizsgálatban három alskála került kiválasztásra: a depresszió hat tétellel, a szorongás hat tétellel és a pszichoticizmus öt tétellel. A három alskálából egy összesítő indexet számoltunk „pszichés distressz” néven, mely az egyén életében megjelenő általános distressz intenzitást jelezheti. Korábbi kutatások azt találták, hogy ez a generalizált distressz mutató

szorosan kapcsolódik a játékhasználati-zavar meglétéhez. Az így kapott, 17 tételből álló pszichés distressz mutató jó belső konzisztenciát mutatott a jelen vizsgálatban (Cronbach alfa = 0,93).

6.2.2.5. *Játékhasználati-zavar*

A játékhasználati-zavar (Gaming Disorder; GD) mérésére a 10-tételes Internetesjátékhasználati Zavar Teszt magyar változatát (10-Item Internet Gaming Disorder Test; IGDT-10) használtuk (Király, Slecza, és mtsai, 2017), mely a DSM-5-ben található internetesjátékhasználati zavar (IGD) elméleti alapjain nyugszik. A kérdőív 10 tétele a DSM-5-ben szereplő kritériumrendszer egy-egy kritériumát méri. Ez alól kivétel a kilencedik kritérium (vagyis „az adott személy veszélyezteteti szignifikáns kapcsolatait, munkáját, tanulmányait, karrierlehetőségeit az internetesjáték miatt”), amelyet két tétel mér a kérdőívben

Az IGDT-10-ben a kitöltő háromfokú skálán jellemezheti magát, aszerint, hogy mennyire ért egyet az adott állításokkal (válaszlehetőségek: 0 = „Soha”, 1 = „Néha” és 2 = „Gyakran”). A DMS-5 kritériumai eredetileg csak „Igen” vagy „Nem” válaszokat vehetnek fel, jelezve, hogy a tünet fennáll a személy életében. Az IGDT-10 kérdőív a háromfokú skálájával a válaszlehetőségeket kibővítve segíti a kitöltőket abban, hogy árnyalják válaszaikat. Ugyanakkor a válaszok kódolásakor 0 értéket vesz fel a „Soha” és „Néha” válasz, míg 1-es értéket vesz fel „Gyakran” válasz. A 9. kritérium esetén, amelyet két tétel mér az eredeti IGDT-10-ben, ha bármelyik item esetén „gyakran” válasz érkezik, akkor visszakódolva a 9. kritérium 1-es értéket vesz fel.

Az összpontszám esetén a 10-tételes IGDT-10 verzió esetén a megbízhatósági mutató jelen kutatásban 0,76-os Cronbach alfa, míg a 9-tételes, DSM-5 kritériumrendszernek megfelelő skála esetén a Cronbach alfa 0,63, mely az elfogadható határon belül mozog. Az eredmények bemutatása során – habár a DSM-5 kritériumok alapján mértük a játékhasználati-zavart – a WHO klasszifikációjának (World Health Organization, 2019) megfelelően játékhasználati-zavar névvel (Gaming Disorder, GD) kerül majd említésre a továbbiakban.

6.2.3. Statisztikai elemzés

Az adatelemzés SPSS 22.0 verziójával készült (IBM Corporation, 2013), a hozzá kapcsolódó PROCESS 2.16.3-as verziójú modellkészítő kiegészítő bővítmény segítségével (Hayes, 2017). Az alternatív faktorstruktúra feltárására a Brief COPE Skála esetén feltáró faktorelemzést, azon belül Főkomponens elemzést használtunk Promax rotációval (Watson, 2004). A moderációs modell kialakításakor független változónak a pszichés distressz indexváltozóját tekintettük, míg a játékhasználati-zavar a kimeneti változó volt. A megküzdési stratégiák és a játékosok típusa (vagyis e-sportoló vagy rekreációs játékos kategória) moderátor változóként kerültek a modellbe. A játékos típus esetén 1-es értéket a hobbijátékosok és 2-es értéket az e-sportolók kaptak. A regressziós modell minden változója folytonos változó volt, kivéve a játékos típusokat. Az életkor és a nem a modellben kovariáns változóként szerepel. Mivel számos moderációs elemzést futtattunk le a megküzdési stratégiák számából adódóan, Bonferroni korrekciót is elvégeztük: a szignifikancia szintet ($p < 0,05$) a tesztek számával ($n = 8$ különböző megküzdési stratégia) osztottuk el. Ennek következtében a statisztikai szignifikancia szint indikátorát $p < 0,00625$ -nél határoztuk meg.

6.2.4. Etikai engedély

A kutatást az ELTE Eötvös Loránd Pedagógiai és Pszichológia Karának Kutatásetikai Bizottsága hagyta jóvá a Helsinki Deklarációval megegyező módon.

6.3. Eredmények

6.3.1. Leíró statisztikai eredmények

A játékosokra jellemző volt, hogy döntő többségük férfi (90,15%), és az életkoruk 14 és 58 év között mozgott. Az átlag életkor 23,2 év ($SD = 6,48$). Átlagosan a mintában szereplők 13,2 évet töltöttek oktatási intézményekben ($SD = 3,04$). 57,3% egyedülálló volt az adatfelvétel idején ($n = 1993$), 35,7%-uk kapcsolatban volt ($n = 1238$), 5,7%-uk házas ($n = 201$), 0,5% elvált ($n = 17$), 0,1% özvegy ($n = 2$) és 0,7% nem kívánt nyilatkozni a családi állapotáról ($n = 25$). 57%-a a játékosoknak még mindig tanult ($n = 1981$). 57,4% dolgozott fél-, vagy teljes állásban ($n = 1992$) és a játékosok közel harmada a tanulmányaival párhuzamosan dolgozott is ($n = 609$; 30,7%).

Egy nap átlagosan 2,6 órát játszanak a játékosok (SD = 1,31 óra) és heti szinten átlagosan 18,2 órát/hét (SD = 9,20). Jelen kutatásban a válaszadók 4,6%-át (n = 161) azonosítottuk e-sportolóként az e-sport versenyeken való részvételük gyakorisága és platformja alapján (vagyis az elmúlt egy évben legalább 6-11 alkalommal vett részt versenyeken online és/vagy offline).

6.3.2. Feltáró faktorelemzés

A Brief COPE Skála alternatív faktorstruktúrájának kialakításakor első körben az eredeti elméleti alapon nyugvó szerkezetet teszteltük megerősítő faktorelemzés segítségével (CFA). A modell elfogadható illeszkedési mutatókat mutatott ($\chi^2=45551.730$, $p<.001$; CFI .963; TLI .947; RMSEA .036 (0.035 \pm 0.038); SRMR 0.030), viszont az eredetileg kialakított 14 megküzdési stratégiát jelentő faktor esetében nagyon alacsony belső konzisztenciát találtunk: figyelemelterelés (0,55), ventillálás (0,58), viselkedéses feladás (0,61), elfogadás (0,66) és tervezés (0,69). A 6.2. *Módszerek* alfejezetben bemutatott módon több kutatás hasonló szegényes belső konzisztenciát talált az eredeti BCOPE kérdőív struktúra esetén és alternatív faktorszerkezetet tártak fel a jobb pszichometriai mutatók érdekében. Ennek nyomán jelen vizsgálatban is egy feltáró faktorelemzést (EFA) hajtottunk végre: főkomponens elemzést Promax rotációval. Az elemzésből néhány tételt ki kellett zárni a magas kereszt-töltés értelmében, ezek a 6., 12., 16., 17., 19. és 21. tételek voltak. Ezt követően egy új EFA lefuttatása következett szintén Promax rotációval. A Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) indexe a modellnek jó értéket mutatott (0,74) (Hutcheson & Sofroniou, 1999). Valamint a Bartlett teszt χ^2 (253)=31803,68 ($p<0,001$) értékei arra engednek következtetni, hogy a korrelációs struktúra megfelel a faktorelemzésnek. A scree plot, a teljes variancia aránya, az eigenvalue egyes kritériuma és a faktorok interpretálhatóságának figyelembevételével egy 8-faktoros modellt tártunk fel (a teljes variancia 72,75%-át magyarázta). Az EFA eredményeinek bemutatása a 9. és 10. táblázatban látható (lásd., 9. táblázat: *Feltáró faktorelemzés alapján kapott faktorok Promax rotációval* és 10. táblázat: *Vizsgált változók korrelációs mátrixa*).

9. táblázat: Feltáró faktorelemzés alapján kapott faktorok Promax rotációval

	1	2	3	4	5	6	7	8
COPE10 – Segítséget és tanácsot kaptam másoktól.	,88							
COPE5 – Érzelmi támogatást kaptam másoktól.	,85							
COPE15 – Vigaszra és megértésre leltem valakinél.	,85							
COPE23 – Másoktól kértem tanácsot vagy segítséget, hogy mit megyek.	,79							
COPE9 – Sokat beszéltem a problémámról, hogy elűzzem a kellemetlen érzéseket.	,63							
COPE7 – Lépéseket tettem a probléma megoldása érdekében.		,82						
COPE2 – Erőfeszítést tettem arra, hogy megoldjam az adott helyzetet.		,82						
COPE14 – Megpróbáltam stratégiát kidolgozni, hogy mit tegyek.		,79						
COPE25 – Sokat gondolkodtam azon, hogy milyen lépéseket tegyek.		,69						
COPE13 – Magamat kritizáltam.			,86					
COPE26 – Magamat hibáztattam a történetek miatt.			,85					
COPE1 – Hajlamos voltam a munkába vagy más tevékenységbe menekülni a problémáim elől.			,58					
COPE28 – Viccelődtem a helyzeten.				,96				
COPE18 – Viccelődtem a problémán.				,96				
COPE4 – Alkoholt vagy drogot használtam, hogy jobban érezzem magam.					,95			
COPE11 – Alkoholt vagy drogot használtam, hogy átsegítsen a helyzeten.					,95			
COPE3 – Azt mondogattam magamnak, hogy "Ez nem lehet igaz!"						,90		

COPE8 – Nem akartam elhinni, hogy ez megtörténhetett.	,89
COPE27 – Imádkoztam vagy meditáltam.	,90
COPE22 – A hitemben kerestem vigaszt.	,90
COPE20 – Beletörődtem, hogy valóban megtörtént.	,87
COPE24 – Megtanultam együtt élni a helyzettel.	,86

Faktorok neve	Érzelmi/ társas támogatás	Aktív megküz- -dés	Önhibáz- tatás/ Figyelem- elterelés	Humor	Szerhasz- -nát	Tagadás	Vallás	Elfogadá- s
Cronbach alfa	,86	,79	,68	,92	,92	,78	,78	,66

10. táblázat: Vizsgált változók korrelációs mátrixa

Változók	BSI	IGD	Érzelmi/ társas támogatá s	Aktív megküzdé s	Önhibáztatás/ figyelemterelé s	Humo r	Szerhasznála t	Tagadás	Vallás	Elfogadás
BSI	1,00									
IGD	,41**	1,00								
Érzelmi/ társas támogatás	-,06**	-,04*	1,00							
Aktív megküzdés	-,18**	-,14**	,39**	1,00						
Önhibáztatás/ figyelemterelé s	,60**	,30**	,14**	,03	1,00					
Humor	-,01	,00	,16**	,22**	,10**	1,00				
Szerhasználat	,22**	,10**	,10**	-,01	,24**	,12**	1,00			
Tagadás	,41**	,24**	,12**	,00	,40**	,06**	,18**	1,00		
Vallás	,10**	,06**	,15**	,11**	,10**	,06**	,07**	,10**	1,00	
Elfogadás	,15**	,10**	,08**	,11**	,22**	,21**	,08**	,11**	,04*	1,00

Megjegyzés: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$; † $p = 0,05$

6.3.3. Moderációs modellek

Annak érdekében, hogy feltárjuk a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közötti kapcsolatban a megküzdési stratégiák moderációs hatását, nyolc moderációs modellt teszteltük. A modellekben a pszichiátriai szimptómák indexe független változóként, a játékhasználati-zavar kimeneti változóként és a megküzdési stratégiák moderátorként szerepeltek. A nemet és az életkort kontroll változóként kezeltük és a modellbe kovariánsként adtuk hozzá.

A pszichés distressz fő hatása mind a nyolc modellben mérsékelt vagy erős volt (0,35 és 0,40 között mozgott). Az interakciók (vagyis a moderáció hatás) a nyolc megküzdési stratégia közül négy esetben mutattak szignifikáns értéket; ugyanakkor nem növelték jelentősen a modell magyarázó erejét (R^2 értékek 0,003 és 0,005 között vagy 0,3 és 0,5%-os változást eredményeztek a varianciában) (lásd. 11. táblázat: *A megküzdési stratégiák moderációs elemzése a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közötti kapcsolatban*).

Részletesebben bemutatva az eredményeket, látható, hogy az önhibáztatás/figyelemelterelés ($\beta = 0,07$; $p < 0,001$) és tagadás ($\beta = 0,05$; $p = 0,001$) szignifikáns összefüggést mutatott a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar kapcsolatában. Vagyis, amikor a pszichés distressz szintje alacsony, akkor a játékhasználati-zavar szintje alacsony – függetlenül ezen megküzdési stratégiák szintjétől. Ha a pszichés distressz magas szintű az egyén életében, a játékhasználati-zavar tüneteinek jelenléte az önhibáztatás/figyelemelterelés és a tagadás megküzdési stratégiák szintje által moderált, vagyis akik gyakrabban alkalmazzák ezeket a stratégiákat a stresszel való megküzdés során, szignifikánsan több játékhasználati-zavarhoz kapcsolódó tünetet (vagyis magasabb GD pontszámot érnek el) mutatnak, mint azok, akik ezeket a megküzdési módokat kevésbé alkalmazzák (lásd. 5. ábra: *A megküzdési stratégiák és a pszichés distressz közötti kétirányú interakciós hatás a játékhasználati-zavarra*).

További két megküzdési stratégia esetén találtunk szignifikáns eredményt a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar kapcsolatában: az érzelmi/társas támogatás ($\beta = -0,05$; $p = 0,001$) és az aktív megküzdés ($\beta = -0,06$; $p < 0,001$) esetén. Ebben az esetben, ha a pszichés distressz szintje alacsony, a játékhasználati-zavar szintje is alacsony, függetlenül a megküzdési stratégia használatának intenzitásától (vagyis mennyire gyakran használja az adott személy a stressz leküzdése esetén). Ha a pszichés distressz megélt szintje magas, a

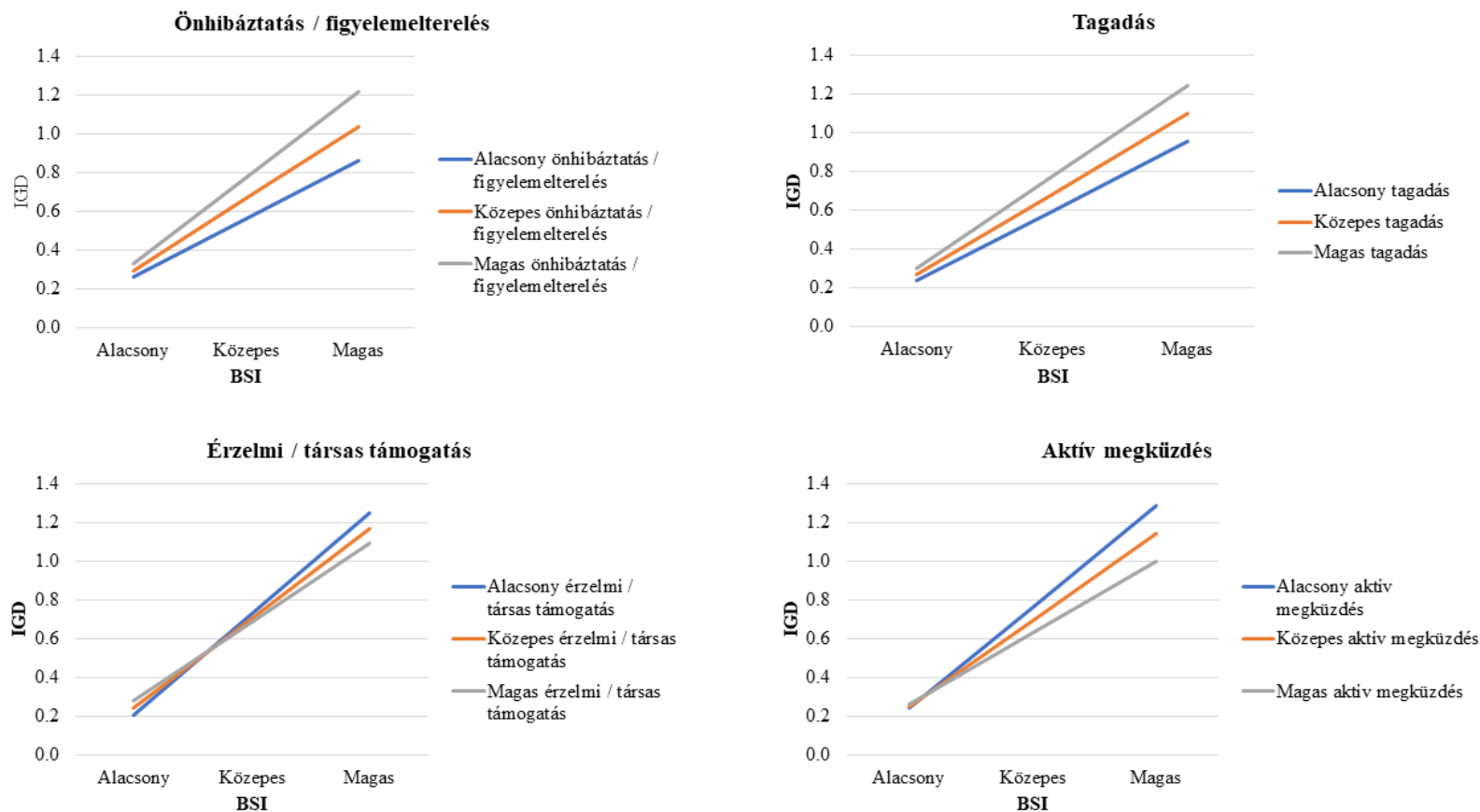
játékhasználati-zavar megjelenő tüneteinek száma összefügg a játékosok adaptív megküzdési stratégiáinak gyakoriságával. Akik érzelmi/társas támogatást és aktív megküzdést alkalmaznak gyakrabban, szignifikánsan kevesebb játékhasználati-zavarhoz kapcsolódó tünetet élnek meg, mint akik ritkábban használják ezeket a megküzdési módokat (lásd. 5. ábra: *A megküzdési stratégiák és a pszichés distressz közötti kétirányú interakciós hatás a játékhasználati-zavarra*).

Ugyanakkor minden szignifikáns eredménynél gyenge a megküzdési stratégiák moderációs hatása a pszichés distressz-játékhasználati-zavar kapcsolatában. Emellett a további négy mért megküzdési stratégia esetén a moderációs modellek nem mutattak szignifikáns eredményt, amikor a Bonferroni korrekciót is alkalmaztuk (lásd., 6.2.3. *Statisztikai elemzés* alfejezet). Az eredmények ezen modelleken belül az alábbi módon alakultak: elfogadás ($\beta = 0,04$; $p = 0,022$), szerhasználat ($\beta = -0,04$; $p = 0,019$), humor ($\beta = -0,02$; $p = 0,208$) és vallás ($\beta = 0,00$; $p = 0,977$) (lásd., 11. táblázat: *A megküzdési stratégiák moderációs elemzése a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közötti kapcsolatban*).

11. táblázat: A megküzdési stratégiák moderációs elemzése a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közötti kapcsolatban

	β	p	R^2	R^2 változás az interakció hatására	p
1. Modell			,179	,003	,031
BSI	,394	<,001			
Érzelmi/társas támogatás	-,018	,251			
BSI x Érzelmi/társas támogatás	-,052	,001			
2. Modell			,184	,005	,002
BSI	,377	<,001			
Aktív megküzdés	-,056	<,001			
BSI x Aktív megküzdés	-,071	<,001			
3. Modell			,185	,004	,004
BSI	,316	<,001			
Önhibáztatás/figyelemelterelés	,090	<,001			
BSI x Önhibáztatás/figyelemelterelés	,069	<,001			
4. Modell			,177	,000	,397
BSI	,400	<,001			
Humor	,003	,823			
BSI x Humor	-,019	,208			
5. Modell			,178	,001	,093
BSI	,399	<,001			
Szerhasználat	,030	,072			
BSI x Szerhasználat	-,039	,019			
6. Modell			,184	,003	,021
BSI	,353	<,001			
Tagadás	,076	<,001			
BSI x Tagadás	,053	,001			
7. Modell			,177	,000	,985
BSI	,399	<,001			
Vallás	,019	,228			
BSI x Vallás	,000	,977			
8. Modell			,179	,001	,111
BSI	,391	<,001			
Elfogadás	,047	,003			
BSI x Elfogadás	,036	,022			

5. ábra: A megküzdési stratégiák és a pszichés distressz közötti kétirányú interakciós hatás a játékhasználati-zavarra



Megjegyzés:

IGD: rövidítés az Internetesjáték-használati Zavar Teszt pontszámait reprezentálja

BSI: a Rövid Tünet Skála (Brief Symptoms Inventory) pontszámait reprezentálja

Végezetül a játékos típusok (e-sportoló vagy hobbijátékos) moderációs hatását is vizsgáltuk, feltárva moderáló szerepüket a pszichés distressz és a játékoshasználati-zavar kapcsolatában. Ebben a modellben is a pszichés distressz fő hatása mérsékelt-erős hatást mutatott ($\beta = 0,39$). Az interakciós együttható is szignifikáns értéket mutatott ($\beta = 0,04$; $p = 0,016$), de az R^2 változása az interakciónak köszönhetően elhanyagolható (0,001 vagy 0,1% változás a magyarázott varianciában) és nem szignifikáns (lásd. 12. táblázat: *Játékos típus moderációs elemzése a pszichés distressz és a játékoshasználati-zavar kapcsolatában*). Ennélfogva elmondható, hogy azon e-sportolók, akik magasabb pszichés distresszt élnek meg, nem számolnak be jelentősen több játékoshasználati-zavarral kapcsolatos tünetről, mint a hobbijátékosok.

12. táblázat: Játékos típus moderációs elemzése a pszichés distressz és a játékoshasználati-zavar kapcsolatában

	β	p	R^2	R^2 változás az interakció hatására	p
Modell			,178	,001	,109
BSI	,394	<,001			
E-sport	,035	,027			
BSI x E-sport	,038	,016			

6.4. Diskusszió

Jelen vizsgálatban azt a célt tűztük ki, hogy a különböző megküzdési stratégiák és játékos típusok (e-sportoló vagy hobbijátékos) moderáló szerepét tárjuk fel a pszichés distressz és a játékoshasználati-zavar kapcsolatában. Azt feltételeztük, hogy azon játékosok esetében, akik feltehetőleg maladaptív stratégiákat használnak, amikor egy stresszes szituációval kell megküzdeniük a való életben, a pszichés distressz és játékoshasználati-zavar közötti kapcsolat erősebb lesz, mint azok körében, akik adaptív megküzdési stratégiákat használnak. Továbbá azt is feltételeztük, hogy az e-sportolók nem fognak különbözni a pszichés distressz-jatékoshasználati-zavar kapcsolatának erősségében a hobbijátékosoktól.

A megküzdési stratégiákkal kapcsolatos eredmények alapján látható, hogy a való életben megélt pszichés distressz szintje a legerősebb meghatározó erő (mérsékelt-erős moderációs hatás) mindegyik modellben. Ezt az összefüggést korábbi tanulmányok is feltárták hasonló eredménnyel (King és mtsai, 2019; Kircaburun és mtsai, 2019; Kitazawa és mtsai, 2018; Starcevic & Khazaal, 2017; Vadlin, Åslund, Hellström, & Nilsson, 2016). Az interkációs együttható (vagyis moderációs erő) a megküzdési stratégiák esetén a nyolc közül négy esetben mutatkozott meg: önhibáztatás/figyelemelterelés, tagadás, érzelmi/társas támogatás és aktív megküzdés. Ugyanakkor a megküzdési stratégiák ereje a vizsgált modellekben csak kismértékben, szinte elhanyagolható módon hatott a pszichés distressz – játékhasználati-zavar közötti kapcsolatra (0,3-0,5%-közötti változás). Emellett a modellek értelmezése során a feltételezett kapcsolatok rajzolódtak ki. Egyrészt azok a megküzdési stratégiák, melyek maladaptívak, jobban összefüggtek a játékhasználati-zavarral. Másrészt az adaptív megküzdési stratégiák kevesebb játékhasználati-zavar tünettől függtek össze, amikor a pszichés distressz szintje magas volt.

A megküzdési stratégiák elhanyagolható moderációs ereje sokban hasonlóságot mutat Brand és munkatársai (2014) tanulmányával, melyben a diszfunkcionális megküzdési stratégiák (tagadás, szerhasználat, viselkedéses feladás) kapcsolatát vizsgálták a pszichopatológia (depresszió, társas szorongás) és általános internet-függőség (játékhasználati-zavart is beleértve) összefüggésében. A megküzdési stratégiák esetén ők sem találtak erős moderációs hatást. Viszont a diszfunkcionális megküzdési stratégiák mediációs szerepben hatottak a pszichopatológiai tünetegyüttes és az általános internet-függőség kapcsolatára. Brandék magyarázata alapján a magas depressziós vagy szorongási tünetek növelhetik a maladaptív megküzdési stratégiák használatának kockázatát, amelyek így összefüggnek az internet-függőség magas szintjével (Brand és mtsai, 2014). Hasonlóan több kutatás számolt be arról, hogy bizonyos megküzdési stratégiák (pl., elkerülés, médiafókuszú megküzdés) mediálhatnak a pszichiátriai szimptomák és a játékhasználati-zavar között. Bizonyos megküzdési módok (különösen a maladaptívak) összefüggést mutatnak a pszichés distressz közepes vagy magas szintjével, és gyenge vagy mérsékelt összefüggést a játékhasználati-zavarral (Kuss, Dunn, és mtsai, 2017; Li és mtsai, 2016; McNicol & Thorsteinsson, 2017), és feltételezhető közvetítő hatásuk. A mediációs megközelítés értelmében, ha az egyén magas szintű pszichés distresszt él meg, úgy nagyobb

valószínűséggel fog bizonyos maladaptív megküzdési módokat alkalmazni. Erre utal egy naturalisztikus tanulmány eredménye is, hogy magas depressziószint mellett az elkerülés mint megküzdési stratégia használata gyakoribbá válhat (Shahar & Herr, 2011).

Ezzel párhuzamosan elfogadható magyarázat lehet, hogy a maladaptív megküzdési módokat gyakrabban használóknál a pszichés distressz és játékhasználati-zavar közötti kapcsolat erősebb, mint azon játékosok esetén, akik adaptív megküzdési stratégiákat részesítenek előnyben. Ugyanakkor több kutatás arra is rámutat, hogy egy-egy konkrét helyzet is befolyásolhatja, melyik megküzdési módot/érzelmi regulációt választjuk (English, Lee, John, & Gross, 2017). Ezen kutatásokból kiindulva megmagyarázható az is, hogy jelen vizsgálatban miért nem tárhattunk fel erősebb moderációs erőt a megküzdési stratégiák esetén a pszichés distressz – játékhasználati-zavar kapcsolatában, hogyha ezeket a megküzdési módokat diszpozíciós vagy vonás-jellegűnek tekintjük.

A tanulmány második célkitűzése az volt, hogy a játékos típusok moderáló szerepét vizsgáljuk. Az eredmények alapján elmondó, hogy a pszichés distressz és játékhasználati-zavar közötti kapcsolat alakulására elhanyagolható mértékben hatott (0,1%), hogy valaki e-sportoló vagy hobbijátékos. Jelenleg kevés olyan kutatás vizsgálja az e-sportolókat, mint magasabb kockázati csoportot a játékhasználati-zavar kialakulásában. A korábbi tanulmányok a játékosokat motivációik mentén különböztetik meg (Bányai és mtsai, 2019; Martončík, 2015), de nem mutatnak szignifikáns különbséget a játékhasználati-zavar és a hozzá kapcsolódó mechanizmusok között (például a játékmotivációk mediációs hatása nem különbözik a játékhasználati-zavar és pszichés distressz között) (Bányai és mtsai, 2019). Az e-sportolókat és hobbijátékosokat összehasonlító kutatások eredményeivel párhuzamba hozhatóak a játékidővel kapcsolatos vizsgálatok is. Ezen tanulmányok kiemelik, hogy a magasabb játékidő nem áll kapcsolatban a pszichiátriai problémákkal, és hogy önmagában nem jó prediktora a játékhasználati-zavar előrejelzésének (Király, Tóth, és mtsai, 2017). Jelen vizsgálat eredménye arra engedhet következtetni, hogy az e-sportolóknál nem szükségszerűen magasabb a kockázata a játékhasználati-zavar kialakulásának, mint az elkötelezett hobbijátékosok körében. A profi játékosok a meghatározott napi rutin részeként játszanak, de mellette a fizikai edzés, megfelelő és kiegyensúlyozott táplálkozás és relaxálás is részét képezi mindennapjaiknak, csakúgy mint a szociális kapcsolatok ápolása (csapattal, rajongókkal) (Taylor, 2012). A jövőbeli kutatásoknak érdemes lehet az e-sportolók körében

a játékhasználati-zavar kockázati tényezőinek feltárásával foglalkozni (Bányai, Griffiths, és mtsai, 2018; Chung és mtsai, 2019).

6.4.1. Korlátok

Jelen vizsgálattal kapcsolatban érdemes több limitációt is kiemelni. A kérdőív önkitöltős mivoltából adódóan az eredmények általánosíthatósága fenntartásokkal kezelendő. Emellett az önkitöltős tesztek során jellemző válaszadási torzítások itt is kifejthették hatásukat, úgy mint társas kívánatosság, emlékek visszaidézése során torzítás, kényes kérdésekre való válaszadás hiánya/torzítása.

Az e-sportolók és a hobbijátékosok kategorizálásakor – habár elméleti és gyakorlati e-sport ismeretekre is alapoztuk az alcsoportok kialakítását – elsősorban a játékosok e-sport versenyeken való részvétel jellemzőit (gyakoriság, platform) vettük alapul, amely ugyancsak önbeszámoló alapján történt. Későbbi kutatások során így érdemes lesz egy sokkal standardizáltabb módot kialakítani az e-sportolók kiszűrésére.

A megküzdési stratégiákat általánosságban vizsgáltuk, míg az egyéni válaszreakciók vizsgálatára különböző stresszorok esetén nem került sor. Ugyanakkor fontos lehet későbbiek során figyelembe venni az egyéni válaszreakciókat fiziológiai vizsgálattal egybekötött kísérleti elrendezésben, tekintve, hogy a szokásszerűen alkalmazott maladaptív érzelmszabályozó stílusok megnövekedett negatív érzelmekkel és atipikus kortizol válasszal mutathatnak összefüggést (Krkovic, Clamor, & Lincoln, 2018). Ez arra engedhet következtetni, hogy a maladaptív stratégiák növelhetik az egyéni vulnerabilitást és a mentális problémák kialakulását.

A vizsgálat keresztmetszeti elrendezése miatt általános és hosszútávú következtetések levonása nem indokolt, helyette longitudinális és kísérleti elrendezés formájában lenne érdemes a jelenséget vizsgálni.

6.4.2. Kitekintés

A mintavétel korlátainak figyelembevétele mellett is hasznos lehet jelen kutatás eredménye, mivel a játékhasználati-zavar háttérében álló mechanizmusok, faktorok szerepére hívja fel a figyelmet. Ezek egy része már bekerült a tudományos érdeklődés fókuszába (vagyis a megküzdési stratégiák esetén). De új szempontokat is bevontunk a vizsgálatba, amelyek bővíthetik az ismereteinket a videojáték-használat típusairól. Vagyis a videojátékok nem

csak hobbiként, hanem karrierlehetőségként is felfoghatóak, ezek pedig más játékhasználati attitűdöt és viselkedést vonnak maguk után. A játékhasználati mód alapján érdemi különbséget nem tártunk fel a pszichés distressz és játékhasználati-zavar kapcsolatának alakulásában. Míg a hobbijátékosok rekreációra, vagyis feszültséglevezetésre és szórakozásra használják a játékokat, addig az esportolókra a játékos közösségekben számos stressz-faktor hathat. Az éles versenyzés, vagy nem megfelelő teljesítmény esetén a csapaton belüli pozíció elvesztése olyan új stresszforrást jelenthet a játékosok életében, melyre nem feltétlenül tudnak adaptívan reagálni. Emiatt kiemelten fontos lehet a későbbiekben ezen játékosok mentális tréningelése, adaptív megküzdési módok és tudatos játékhasználat oktatása (Bányai és mtsai, 2019; Bányai, Griffiths, és mtsai, 2018).

A pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közti kapcsolat minőségére ható különböző faktorok feltérképezése segíthet, hogy célzottabb, specifikusabb intervenciós programokat alakíthassunk ki. Érdeemes feltárni, hogy milyen érzelemszabályozási módokat használnak a játékosok különféle kontextusban, hogy az érzelmi és viselkedéses következményei is nyomon követhetőek legyenek (Doré, Silvers, & Ochsner, 2016). Ennek nyomán személyre szabottá tehető a terápia, akár a játékhasználati-zavar kezelését is beleértve. Valamint longitudinális és kísérleti kutatások segíthetnek abban, hogy azonosítani tudjuk a játékhasználati-zavarhoz kapcsolódó esetleges pszichológiai faktorokat.

7. Karrier profi e-sportolóként: Videójátékos motivációk, mint a professzionális e-sportolói karrier előrejelző mutatói⁷

7.1. Elméleti bevezető

Ahogy a korábbi fejezetekben is szó esett róla, a legtöbb játékos számára a videojátékok használata egy rekreációs tevékenység. Ugyanakkor, azon kevesek számára, akik mestereivé válnak egy adott játéknak, fejlesztik képességeiket és tudásukat az adott videojátékban, számukra kifejezetten jól fizető állást is jelenthet a versenyszerű videojáték-használat. Profi e-sportolókká válhatnak, állandó fizetéssel, melynek egy része olyan nagy cégek szponzorációjából származik, mint a *Coca-Cola* vagy a *T-Mobile*. Az e-sport (vagyis elektronikus sport, *electronic sports* angol rövidítésből) a versenyszerű videojáték-használatot jelenti, amely során egyéni játékosok vagy csapatok (általában 3-6 fő között, játéktól eltérő) versenyeznek egymással az adott virtuális világon belül. Az e-sport ma már sportként is kezd elfogadottá, vagy legalábbis elismertté válni, mely során a játékosok mentális képességeiket és szem-kéz koordinációjukat fejlesztik miközben játszanak (Adamus, 2012; Hemphill, 2005; Jonasson & Thiborg, 2010; Wagner, 2006). Az e-sport a játékos közösségeken belül a 2000-es évek elején kezdte el népszerűségét kivívni (Bányai, Griffiths, és mtsai, 2018) és a legfrissebb piackutatási felmérések alapján 201,2 millióra nőtt azok száma, akik aktívan részt vesznek e-sport eseményeken vagy csak nézőként / fogyasztóként követik azokat (Newzoo, 2019). Sőt, 1757,5 millió ember hallott már az e-sportról magáról, anélkül, hogy játszott volna ilyen jellegű játékkal vagy nézett volna közvetítést. Az utóbbi két évben az e-sport gazdasági mutatói is exponenciálisan növekedtek (ebbe beletartozik a különböző, csapatokhoz/játékokhoz tartozó kiegészítők vagy mezek vásárlása, bajnokságok belépőjegyei, szponzorációs díjak, márka, média jogok). Míg 2017-ben a teljes bevétel 655 millió dollár körül mozogott az USA-ban, addig 2018-2019 között 26,7%-kal nőttek az e-sportból származó bevételek, körülbelül 1096 millió dollárra (Newzoo, 2019).

A versenyszerű videojátékokhoz köthető rendezvények szervezésekor ma már hasonló szabályozások, intézményi háttér, játékszabályok, bírói rendszer, közvetítési szabályok és

⁷ A fejezet a Bányai, F., Zsila, Á., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2020). *Career as a professional gamer: Gaming motives as predictors of career plans to become a professional esports player.* kézirat fordított változata kisebb módosításokkal.

jogok alakultak ki és érvényesülnek, mint a hagyományos sportágak esetén. Emellett az e-sportolóknak hasonló mentális és sokszor fizikai követelményeknek kell megfelelniük, mint más sportágak versenyzőinek – akár a felkészülés, akár a bajnokságok időszakára gondolunk (Taylor, 2012). Az e-sport játékok LAN versenyek (a gépek összekötése helyszíni hálózat létrehozása mellett) vagy online bajnokságok formájában is megrendezésre kerülhetnek. Hasonlóan a hagyományos sportversenyekhez rengeteg szponzor vesz részt az esemény támogatásában (pl., jutalmazás, márkamegjelenés, tárgyi hozzájárulás). A közönségnek is lehetősége van online közvetítéseket követni valamilyen nagy streaming platformon (pl. *Twitch, YouTube, Facebook Gaming*). Offline bajnokság esetén a nézők sportcsarnokokban vagy rendezvényközpontokban követhetik nyomon a verseny eseményeit (Hamari & Sjöblom, 2017; Jenny és mtsai, 2016; Taylor, 2012). Az e-sport robbanásszerű gazdasági és népszerűségi növekedésének köszönhetően egyre több országban válik elfogadott sporttevékenységgé, de több egyetem már most sportösztöndíj keretei között biztosít e-sportolók számára felvételt saját intézményeibe (pl. University of California-Irvine és University of California-Berkeley). Továbbá az Ázsiai Olimpiai Bizottság a 2022-es olimpiai játékokhoz kapcsolódó hivatalos rendezvénye keretein belül az e-sportot is fel kívánja venni a programlistába (Hallmann & Giel, 2018).

Egy friss online kutatás eredményei nyomán elmondható (kényelmi mintavétel magyar e-sporttal játszó körében, n=1814), hogy az e-sportot elsősorban a serdülő és fiatal felnőtt korúak (24 éves kor alattiak) tekintik karrierlehetőségnek (eNet, 2017) és a versenyző játékosok döntő többsége férfi (92%) (Newzoo, 2017). Nem meglepő, hogy számos e-sportoló tervez karriert építeni a versenyszerű videojáték-használatból, tekintve a magas fizetési lehetőségeket, illetve a profi játékosokat övező népszerűséget és tiszteletet. Az e-sportolók fizetése több forrásból származhat, és függhet attól is, hogy milyen szerződési feltételekkel / munkaviszonyban foglalkoztatják őket. A fizetés lehetséges forrásai (Newzoo, 2019; TheStreet, 2019):

- A pénzdíjas versenyek részvételi és helyezéssel elnyerhető díjai,
- A csapatok / egyéni játékosok fizetése: egy versenyző 3000-5000\$ kereshet havonta, míg a legmagasabb szinten játszó, úgynevezett *top tier* játékosok akár 15000\$-t is kereshetnek,

- Szponzoráció: például az *Astralis Counter Strike* csapatának az *Audi* a tulajdonosa és szponzorálja őket),
- Streamelés: az adott játékos élőben közvetíti edzéseit, az adott streaming platformokon pedig a nézői különböző módon tudják támogatni anyagilag (havi feliratkozással, adományokkal),
- Média jogokból, saját csapat brandjéhez tartozó kiegészítőkből (merchandise) befolyó összegekből részesedés,
- Offline rendezvények befolyó összegeiből, például jegyárak, honorárium (ha meghívott csapatról beszélünk).

A versenyszerű videojátékot hobbinak vagy sporttevékenységnek is tekinthetjük, de karrierlehetőségként a videojáték-használat az egyén számára munkát is jelenthet. A játék munkává válásával kapcsolatban a tudományos körökben komoly vita alakult ki. Többek közt Caillois (2001) érvelt amellett, hogy a profi e-sport negatívan hat arra a koncepcióra, hogy a videojátékokat szabad játéktevékenységként értelmezzük. A játszás központi elemei (vagyis a játéktevékenység szabad, szeparált, bizonytalan, eredménytelen, szabályozott és fiktív) sérülnek azáltal, hogy az adott tevékenység munkává változik az egyén számára.

Caillois (2001) munkáját követve Brock (2017) is amellett érvel, hogy az e-sport miatt a játékosok videojáték-használathoz fűződő motivációi torzulnak és az extrinzik motivációk kerülnek túlsúlyba (pl., jutalmak, versenyek pénzdíja) szemben az intrinzik motivációkkal (pl., önfejlesztés, énkép és identitás, játéktevékenység önmagában jutalmazó ereje) (Ryan & Deci, 2000; Ryan és mtsai, 2006). Másrésztől azonban korábbi e-sporttal foglalkozó kutatások arra mutattak rá, hogy még a profi szinten versenyző e-sportolók is (szerződötett játékosok) „komoly szórakozásnak” („serious leisure”) tekintik a játéktevékenységet. amely egyrészt a munka-, és hobbitevékenység között helyezkedik el, magában foglalva mindkét típusú tevékenység előnyeit (Seo, 2016). Másrészt erősen intrinzik motivációk által indikált tevékenység (pl., játékos számára az e-sport az identitás részévé válik, motiváltság képességeik vagy önmaguk fejlesztésére) (Kim & Thomas, 2015).

Ahogy láthatjuk, a motivációknak fontos szerepe lehet abban, hogy egy játékos versenyszerűen kezdjen el játszani, így a motivációknak arra is befolyása lehet, hogy a játékos karrierlehetőséget keressen az e-sport közösségben. Ennélfogva az e-sportolókkal

foglalkozó kutatásoknak nem csak arra fontos fókuszálniuk, hogy azonosítsák az e-sportolókat meghatározó játékos motivációkat, hanem arra is, hogy mely motivációk segíthetik a kezdő játékosokat abban, hogy profi e-sportolói karriert érjenek el.

Korábbi kutatások azt emelték ki, hogy az intrinzik motivációk és egyfajta e-sportolói identitás megszerzése elengedhetetlen a profivá váláshoz. A professzionális e-sportolóvá válás kutatása során Seo (2016) tíz profi játékosat interjúvolt meg, akik a „munkájukat” szórakozásként jellemezték (vagyis azért játszanak, mert élvezik), interperszonális kapcsolatokat építettek ki a játékos közösségen belül. Ahogy egyre több tudást és tapasztalatot szereztek az e-sport szcénán belül úgy vált maga az e-sport életük és az identitásuk részévé. Seo (2016) kutatásában emellett azt is kiemelte, hogy a karriert teremtő e-sportolókat a képességfejlesztés/ önfejlesztés, egyenlőségre és fair playre törekvés, mások tudásának tisztelete és elismerése, valamint a közösségen belüli tisztelet megszerzése, magasabb önértékelés és teljesítmény jellemezte.

Kim és Thomas (2015) hasonló módon az e-sportolóvá válás folyamatát vizsgálták. Az e-sportolóvá válás öt szakaszát sikerült azonosítaniuk, melyeket eltérő motivációs mintázat jellemez. Míg a kezdő játékosok számára a tevékenység önmagában jutalmazó és szórakoztató, addig a későbbi fejlődési szakaszokban az e-sportolókat az extrinzik motivációk jobban hajthatják és a játék elveszíti szórakoztató jellegét. Ugyanakkor, amikor elérik a profi szintet, vagyis az e-sportolói identitás elérésének legmagasabb szakaszához érnek, a versenyzés ismét pozitív, jutalmazó erejű lesz számukra. Tehát ismét felerősödik az intrinzik motivációk szerepe. Kim és Thomas (2015) az e-sportolók fejlődési szakaszai mellett felhívja a figyelmet arra, hogy érdemes megkülönböztetni a hobbijátékosokat az e-sportolóktól motivációik alapján. Például a top tier játékosok munkaként tekinthetnek az e-sportra és a külső motivációk erősebben befolyásolhatják játéktevékenységüket (pl. bajnokságok fődíja, jutalmak és hírnév) mint a belső motivációk.

Két, szintén e-sportolók motivációival foglalkozó kutatás ugyancsak az e-sportolók és a hobbijátékosok megkülönböztetését állította a vizsgálat központjába. Martončík (2015) tanulmányában az életcélok kielégítése mentén (intimitás, kötődés/valahová tartozás, altruizmus, hatalom, teljesítmény és figyelemelterelés) hasonlította össze a két alcsoportot. Az e-sportolókat a kötődés/ valahová tartozás (segítségnyújtás másoknak, aktív kapcsolatok kialakítása és fenntartása másokkal) és a figyelemelterelés (izgalom, újdonságok keresése,

feszültség megélése) különböztette meg leginkább a hobbijátékosoktól. Előbbi megélése azért is lehet kiemelten fontos egy e-sportoló számára, mert befolyásolja, hogy milyen kapcsolatot alakít ki a csapattársaival, rajongóival, vagy akár ellenfeleivel. Emellett azok az e-sportolók, akik az adott csapaton belül vezető szerepet töltöttek be, a hatalom iránti szükségletüket is kielégíthették a csoport vezetésével. Egy még frissebb tanulmány arra is rávilágított, hogy az e-sportolók a hobbijátékosokhoz képest többet játszanak, valamint társas (kapcsolatok teremtése és fenntartása), versengés és képességfejlesztés motivációk mentén magasabb pontszámot értek el mint a rekreációs játékosok (Bányai és mtsai, 2019).

Összességében látható, hogy az e-sportolókat elsősorban a versengés, kihíváskeresés, szociális és képesség/önfejlesztés motivációk mozgatják a versenyszerű videojáték-használatban. Továbbá az e-sportolók különböznek motivációk tekintetében a hobbijátékosoktól. Ráadásul a motivációs mintázatuk változik is karrierútjuk során.

Jelen vizsgálatban az e-sportolói karriertervezés prediktorait tártuk fel, melyek segítségével egy kezdő e-sportoló kiemelkedhet a többi, versenyezni szerető, de karriert nem tervező játékos közül. A motivációk, mint a karriertervezés bejósoló tényezőinek vizsgálata nem csak a meglévő szakirodalmak eredményeihez adhat adalékot, de gyakorlati jelentősége is lehet e-sportolók kiválasztásában, edzésében (fizikai, technikai és mentális), hogyan érdemes motiválni például a különböző fejlődési szakaszban lévő játékosokat.

7.2. Módszerek

7.2.1. Vizsgálati személyek

A kutatásban résztvevő játékosokat magyar viszonylatban az egyik legnagyobb, videojátékokkal foglalkozó magazin, a GameStar online felületein toboroztuk (2016 november-december). Az online kérdőívvel kapcsolatos részleteket a korábbi fejezetekben már részletesebben bemutattuk, viszont érdemes kiemelni, hogy jelen kutatásban csak azon kitöltők válaszait elemeztük, akik specifikusan a versenyszerű videojáték-használatukról adtak visszajelzést. A kutatásban való részvétel elején a kitöltőket tájékoztattuk, hogy mik a vizsgálat fő témakörei, szempontjai és hogy az adataikat anonim módon, összesített statisztikai elemzésekben használjuk fel, amelyből nem lehet az egyéni válaszokra következtetni. A kutatásban 14 éven felüliek vehettek részt, ugyanakkor a 14-17 év közötti játékosok esetében nem csak a kutatásban való részvételhez és adataikat elemzéséhez kellett

hozzájárulniuk, hanem a szülői tájékoztató megismerését és a beleegyező nyilatkozat kitöltését is kértük a törvényes képviselőjüktől. A nagyobb kitöltési arány elérése érdekében incentivevel ösztönöztük a kutatásban résztvevőket, amely két 60000 Ft értékű elektronikai áruházban levásárolható ajándékutalvány volt. A nyereményjátékban való részvétel önkéntes volt és csak ebben az esetben kellett a jelentkezőknek megadnia egy hivatalos e-mail címüket, ha részt kívántak venni a sorsoláson. Az e-mail elérhetőségeket a sorsolást és a győztesek értesítését követően töröltük.

Jelen vizsgálatban a versenyzői játéktapasztalattal rendelkező játékosok válaszait elemeztük, akik 100%-os kitöltést produkáltak a vizsgálatban használt kérdőívekben. Ennélfogva a végleges minta 190 fő lett, akik mind férfiak (100%) és életkoruk 14 és 52 év között mozog ($M_{kor} = 21,6$; $SD = 6,2$). A minta tagjai átlagosan 12-13 évet töltöttek oktatásban ($M = 12,6$; $SD = 3,1$). A kitöltők több mint harmada még tanult ($n = 75$; 39,5%), további nagyjából harmaduk dolgozott ($n = 59$; 31,1%) vagy egyszerre dolgozott és tanult ($n = 52$; 24,7%), míg kis százalékuk munkanélküli volt a kutatás idején ($n = 4$; 2,1%). Az e-sportolók nagyjából fele a mintában egyedülálló ($n = 102$; 53,7%); 38,5%-uk kapcsolatban volt ($n = 73$), 5,8%-a házas ($n = 11$) és 2% nem kívánt nyilatkozni a családi állapotáról ($n = 4$).

7.2.2. Mérőeszközök

7.2.2.1. Szocio-demográfiai változók

A versenyző játékosok esetén is az alapvető demográfiai változókat vettük fel: nem, életkor, oktatásban eltöltött évek száma, jelenleg tanul és/vagy dolgozik a játékos, valamint milyen a családi állapotuk.

7.2.2.2. Versenyszerű videojáték-használathoz kapcsolódó kérdések

A kitöltőknek a kérdőív kitöltése során nyilatkozniuk kellett arról, hogy milyen típusú versenyeken vettek részt az elmúlt évben (1 = online verseny; 2 = offline / LAN verseny; 3 = online és offline verseny), hány éve versenyeznek; és milyen gyakorisággal vettek részt online és/vagy offline versenyeken az elmúlt egy évben (1 = 'Nem vettem részt versenyen', 2 = '1–2 alkalommal', 3 = '3–5 alkalommal', 4 = '6–11 alkalommal', 5 = 'Néhányszor egy hónapon belül [1–3 alkalommal]', 6 = 'Hetente vagy még gyakrabban'). Emellett a versenyek típusát is meghatározhatták a résztvevők (1 = nemzetközi szintű, 2 = országos szintű, 3 =

regionális, 4 = helyi verseny). Végezetül pedig a versenyző játékosok választ adtak arra a kérdésre is, hogy mennyi időt fektetnek bele a versenyek előtti felkészülésbe (1 = 'Nem gyakorlok a versenyek előtt, csak regisztrálok, ha részt szeretnék venni', 2 = 'Kevesebb mint egy órát edzek naponta', 3 = 'Naponta 1-2 órát edzek', 4 = 'naponta 2-4 órát edzek', 5 = 'Naponta több mint 4 órát edzek'), valamint hogy terveznek-e a későbbiek során e-sportolói karriert kiépíteni maguknak (1 = 'Nem tervezem', 2 = 'Igen, már tervezem', 3 = 'Igen, már folyamatban van [Most alakul a csapatom, elérhető közelségben van a profi e-sportolói karrier], 4 = 'Igen, már egy profi csapat tagja vagyok / Profi egyéni e-sportoló vagyok').

7.2.2.3. *Online játék motivációk*

A jelen vizsgálat során is az Online Játék Motiváció Kérdőívet használtuk az e-sportolók motivációinak feltérképezésére (Motives for Online Gaming Questionnaire; MOGQ) (Demetrovics és mtsai, 2011). A 27 tételű kérdőívben a kitöltők egy 5-fokú Likert-típusú skálán tudják értékelni az arra vonatkozó kérdéseket, hogy miért játszanak az adott játékkal (1 = 'Soha'; 5 = 'Szinte mindig/ Mindig'). A kérdőív 7 játékos motivációt különböztet meg egymástól:

1. társas (4 tétel; például, "... mert így új embereket ismerhetek meg"),
2. menekülés (4 tétel; például, "... mert így elfeledkezhetek a való életről"),
3. versengés (4 tétel; például, "... mert szeretek nyerni"),
4. megküzdés (4 tétel; például, "... mert a játék segít levezetni a feszültséget"),
5. képességfejlesztés (4 tétel; például, "... mert így fejleszthetem a képességeimet"),
6. fantázia (4 tétel; például, "... mert így valaki más bőrébe bújhatok"),
7. rekreáció (3 tétel; például, "... mert a játék szórakoztat").

Az egyes motivációk alszámai elért magas pontszám azt indikálja, hogy az adott motiváció jellemző a játékhasználóra.

7.2.3. *Statisztikai elemzés*

A statisztikai elemzés az IBM SPSS 22.0 verziójával készült (IBM Corporation, 2013). Azok a kitöltők, akik arról számoltak be, hogy karriert terveznek az e-sportban (vagyis 2 = 'Igen, már tervezem', 3 = 'Igen, már folyamatban van [Most alakul a csapatom, elérhető

közelségben van a profi e-sportolói karrier], 4 = 'Igen, már egy profi csapat tagja vagyok / Profi egyéni e-sportoló vagyok' válaszokat adták) kerültek a profi e-sportolói karriert tervezők alkategóriába. Ők a bináris logisztikus regressziós elemzésben 1-es kóddal szerepeltek ($n = 72$; 37,9%). Azok a játékosok, akik nem szerettek volna profi versenyzővé válni, vagyis az erre utaló kérdésben az 1 = 'Nem tervezem' választ adták, a bináris logisztikus regresszióban 0-ás kóddal szerepelnek ($n = 118$; 62,1%).

A játékmotivációk közötti összefüggés vizsgálatára Pearson korrelációt alkalmaztunk. A korreláció erősségének interpretálásakor Evans (1996) munkásságát követtük, ahol az $r = 0,00-0,19$ "nagyon gyenge", $0,20-0,39$ "gyenge", $0,40-0,59$ "mérsékelt", és $0,60-0,79$ "erős" kapcsolatot jelöl. A korrelációs vizsgálatban több mérsékelt és erős kapcsolatot találtunk a játékmotivációk között. Emiatt két szeparált bináris logisztikus regressziót futtattunk le. Az egy-prediktoros modellben az életkor kontroll változóként jelent meg. A prediktor változókat (vagyis a játékmotivációkat) egyesével léptettük be a modellbe, annak érdekében, hogy ne legyen interkorreláció a változók között. Így az egymással szoros vagy mérsékelt kapcsolatban álló motivációknak nem volt hatása az eredményekre. Ezzel ellentétben a többszörös-prediktoros modellben a prediktor változókat egyszerre adtuk hozzá az elemzéshez, vagyis itt az interkorreláció megengedett volt a motivációk között, amely hatással lehet a kapott eredményekre.

7.2.4. Etikai engedély

A kutatást az ELTE Eötvös Loránd Pedagógiai és Pszichológia Karának Kutatásetikai Bizottsága hagyta jóvá a Helsink Deklarációval megegyező módon.

7.3. Eredmények

7.3.1. Leíró statisztikai eredmények

A mintán belül a játékosok többsége online versenyeken vett részt az elmúlt egy évben ($n = 184$; 96,8%) és csak kevesen indultak kizárólag offline bajnokságon ($n = 6$; 3,2%).

Átlagosan a játékosok 3-4 éve versenyeznek (0-18 év közötti intervallumban változott a válaszok eloszlása). A játékosok közel fele egyáltalán nem vett részt offline versenyen (43,7%), míg a döntő többsége a versenyzőknek legalább havi 1-3 alkalommal részt vett online versenyen ($n = 156$; 82,1%). A versenyek helyszíneit tekintve átfedés figyelhető meg

a válaszok eloszlásában. Egy játékos több típusú versenyen is részt vehetett az adott évben, így helyi, regionális, országos vagy akár nemzetközi szintű bajnokságokon is indulhatott egy-egy kitöltő a vizsgált évben. A versenyek előtti felkészülésre szánt időben eltérés látható a játékosok között. Több mint egyharmaduk egyáltalán nem gyakorolt a bajnokságok előtt ($n = 68$; 35,8%), míg közel felük ($n = 92$; 48,5%) legalább napi 1-2 órát szánt a felkészülésre az éles e-sport versenyek előtt. A karriertervekkel összhangban látható, hogy több mint harmada a kérdezetteknek tervez e-sportolói karriert ($n = 69$; 36,3%). Ugyanakkor a mintában csupán 3 személy található, aki már a kérdőív felvételekor egy e-sport csapat tagja / profi egyéni e-sportoló volt (1,6%).

A vizsgálatban résztvevők e-sportolói tapasztalatainak leíró eredményeit a *13. táblázat: Versenyzői tapasztalattal rendelkező férfi játékosok e-sportolói jellemzőinek leíró statisztikai eredményei* foglalja magában.

13. táblázat: Versenyzői tapasztalattal rendelkező férfi játékosok e-sportolói jellemzőinek leíró statisztikai eredményei

Válaszadók (N = 190)	
Bajnokság médiuma n (%)	
Offline (LAN)	6 (3,2%)
Online	114 (60,0%)
Offline (LAN) és online	70 (36,8%)
Versenyzéssel eltöltött évek <i>Átlag (Szórás)</i>	3,5 (3,6)
Versenyeken való részvétel gyakorisága az elmúlt 1 évben n (%)	
Offline bajnokságok	
Hetente vagy még gyakrabban	12 (6,3%)
Havonta néhányszor (1–3 alkalom)	34 (17,9%)
6–11 alkalom	23 (12,1%)
3–5 alkalom	15 (7,9%)
1–2 alkalom	23 (12,1%)
Nem vett részt	83 (43,7%)
Online bajnokságok	
Hetente vagy még gyakrabban	56 (29,5%)
Havonta néhányszor (1–3 alkalom)	100 (52,6%)
6–11 alkalom	19 (10,0%)
3–5 alkalom	7 (3,7%)
1–2 alkalom	5 (2,6%)
Nem vett részt	3 (1,6%)
Versenyeken való részvétel helyszín szerint az elmúlt 1 évben n (%)	
Nemzetközi	90 (47,4%)
Országos	78 (41,1%)
Regionális	57 (30,0%)
Helyi	87 (45,8%)
Gyakorlás versenyek előtt n (%)	
Több mint napi 4 órát	15 (7,9%)
Napi 2–4 órát	29 (15,3%)
Napi 1–2 órát	48 (25,3%)
Kevesebb mint napi 1 órát	30 (15,8%)
Nem gyakorol	68 (35,8%)
Karrier tervek n (%)	
Igen, már egy profi csapat tagja vagyok / Profi egyéni e-sportoló vagyok	3 (1,6%)
Igen, már folyamatban van [Most alakul a csapatom, elérhető közelségben van a profi e-sportolói karrier]	19 (10,0%)
Igen, már tervezek	50 (26,3%)
Nem tervezek	118 (62,1%)

Az online játék motivációk közti korrelációk

Az MOGQ egyes motivációs alskáláihoz tartozó átlagokat, szórásokat és belső konzisztencia mutatókat (Cronbach alfa) a 14. táblázat foglalja magában (lásd., *14. táblázat: Az online játék motivációk közti zero-order korreláció*).

A 14. táblázatban látható értékek alapján mind a hét motiváció pozitívan korrelál egymással. A legerősebb kapcsolat a menekülés, megküzdés és fantázia motivációk között figyelhető meg, de a társas és képességfejlesztés motiváció is szoros együttjárást mutatott egymással. Gyengébb, de továbbra is pozitív kapcsolat látható még a társas és versengés motivációk között is.

Mivel több motiváció között is szignifikáns kapcsolat állt fenn (néhány gyengébb és mérsékelt mellett több erős kapcsolat is látható), a közöttük lévő korreláció erőssége befolyásolhatja a bináris logisztikus regresszió eredményeit, ha minden prediktor változót egyszerre léptetünk be a modellbe. Emiatt két logisztikus regressziós vizsgálatot végeztünk el külön-külön. Egyik esetében egy-prediktoros modellt, másik esetben többszörös-prediktoros modellt teszteltük.

14. táblázat: Az online játék motivációk közti zero-order korreláció

	Mean (SD)	α	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
1. Társas	2,75 (1,05)	0,87	—						
2. Menekülés	2,31 (1,13)	0,90	0,21**	—					
3. Versengés	3,33 (1,12)	0,88	0,27***	0,28***	—				
4. Megküzdés	3,03 (1,08)	0,84	0,27***	0,62***	0,21**	—			
5. Készségfejlesztés	3,46 (1,08)	0,90	0,51***	0,23**	0,35***	0,43***	—		
6. Fantázia	2,85 (1,21)	0,87	0,28***	0,61***	0,26***	0,61***	0,34***	—	
7. Rekreáció	4,34 (0,71)	0,76	0,19*	0,24**	0,18*	0,42***	0,36***	0,39***	—

Megjegyzés: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$; † $p = 0,05$

Az online játék motivációkat 5-fokú Likert-skálán értékelték a kitöltők 1-5 érték között.

7.3.2. *Bináris logisztikus regressziós modellek*

Jelen vizsgálat célja az volt, hogy a lehetséges motivációs előrejelző mutatókat feltárja, melyek a profi e-sportolói karriertervezésben segítik a versenyzői tapasztalatokkal rendelkező játékosokat. Bináris logisztikus regressziós elemzést futtattunk le a karriert nem tervező (n = 118; 62,1%) és karriert tervező e-sportoló játékosok körében (n = 72; 37,9%). Első lépésben a motivációkat szeparáltan, egyesével adtuk hozzá a modellhez (az életkor mint kontrollváltozó volt).

Az egy-prediktoros modell három szignifikáns eredményt mutatott a társas, képességfejlesztés és versengés motivációk esetében. Ez az eredmény azt indikálja, hogy a szociális kapcsolatokra való nagyobb motiváltság, játékon belüli képességek fejlesztésére való törekvés és másokkal való versengés magasabb igénye előre jelezheti az e-sportolói karrier tervezését azon játékosok között, akik már rendelkeznek versenyzési tapasztalattal. Ugyanakkor ezen motivációk csupán kis százalékát magyarázzák az e-sportolói karriertervezésnek (Nagelkerke R^2 0,20 alatti mindhárom motiváció esetén).

Második lépésben egy többszörös-prediktoros modellt futtattunk le, ahol az életkor ugyancsak kontrollváltozóként szerepelt a modellben és a motivációkat, mint prediktorokat egyszerre vontuk be a regressziós vizsgálatba (tehát megengedtük, hogy a motivációk közötti korrelációk esetlegesen kifejthessék hatásukat). Az egy-prediktoros modelltől eltérő módon, ezúttal az életkor és a karriertervezési hajlandóság is szignifikáns kapcsolatot mutatott. Ez alapján levonható az a következtetés, hogy fiatalabb játékosok nagyobb valószínűséggel terveznek e-sportolói karriert. A motivációk közül ebben a modellben is a versengés és képességfejlesztés volt a legerősebb prediktora a karriertervezésnek. A társas motiváció nem mutatott szignifikáns kapcsolatot, ugyanakkor szignifikanciaszintje közel járt az elfogadhatóhoz ($p = 0,09$). A megküzdés motiváció negatív összefüggést mutatott a karriertervezéssel. Ezutóbbi eredmény azt sugallhatja, hogy azon versenyzői tapasztalattal már rendelkező játékosok, akik magasabb megküzdési játékmotivációval rendelkeznek, kisebb valószínűséggel szeretnének e-sportolóvá válni, mint azok a játékosok, akiknek a megküzdés motivációja alacsonyabb. Ugyanakkor ebben a modellben a motivációk közötti interkorreláció is kifejthette erejét, és befolyásolhatta a kapott eredményeket. Az e-sportolóvá válás tervezésének teljes modelljének 29%-át magyarázhatja a versenyzői tapasztalattal rendelkező játékosok életkora és online játékos motivációik (Nagelkerke R^2

0,29 értéket vett fel). A két regressziós modell eredményeit a 15. táblázat: *A profi e-sportolói karrier tervezésének bináris logisztikus regressziós modelljei (N = 190)* foglalja össze részleteiben.

15. táblázat: A profi e-sportolói karrier tervezésének bináris logisztikus regressziós modelljei (N = 190)

	Egy-prediktoros modell				Többszörös-prediktoros modell		
	B	S.E.	O.R. (95% C.I.)	Nagelkerke R ²	B	S.E.	O.R. (95% C.I.)
Kontroll változó							
Életkor	-0,05	0,03	0,95 (0,90; 1,00)	0,03	-0,06	0,03	0,94 (0,88; 1,00) [†]
Online játék motivációk							
Társas	0,45	0,15	1,57 (1,16; 2,11)**	0,09	0,34	0,20	1,40 (0,95; 2,05)
Menekülés	-0,10	0,14	0,91 (0,69; 1,19)	0,03	-0,05	0,21	0,95 (0,63; 1,44)
Versengés	0,67	0,16	1,95 (1,44; 2,65)***	0,17	0,66	0,17	1,94 (1,38; 2,72)***
Megküzdés	-0,19	0,15	0,82 (0,62; 1,10)	0,04	-0,51	0,25	0,60 (0,37; 0,99)*
Képességfejlesztés	0,49	0,16	1,63 (1,20; 2,22)**	0,10	0,52	0,23	1,68 (1,07; 2,64)*
Fantázia	-0,06	0,13	0,94 (0,73; 1,21)	0,03	-0,15	0,21	0,86 (0,58; 1,30)
Rekreáció	0,02	0,21	1,02 (0,67; 1,54)	0,03	-0,17	0,29	0,85 (0,48; 1,49)
					A modell Nagelkerke R ² értéke: 0.29		

Megjegyzés: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$; [†] $p = 0,05$

S.E. = standard hiba; O.R. = esélyhányados; C.I. = konfidencia intervallum

Az egy-prediktoros modellben a motivációkat külön-külön léptettem a modellbe, míg az életkor kontrollváltozóként szerepelt.

A hivatkozási kategória „azok a játékosok, akik nem terveznek profi e-sportolói karriert” 0-val kódoltam (n = 118; a teljes minta 62,1%-a).

7.4. Diszkusszió

Jelen vizsgálat az e-sportolói karriertervezés lehetséges prediktorait kívánta feltárni a versenyzői tapasztalattal rendelkező játékosok körében.

A korábbi e-sportolókkal foglalkozó kutatások arra hívták fel a figyelmet, hogy a profi e-sportolók motivációs mintázatában jelentős helyet foglalnak el a versengéssel és képességfejlesztéssel összefüggő motivációk (Kim & Thomas, 2015; Seo, 2016). Jelen vizsgálat eredményei alapján a versengés, képességfejlesztés és társas motivációk magas szintje előre jelezheti a karriertervezést, azaz annak lehetőségét, hogy egy adott játékos profi e-sportolóvá szeretne-e válni. Az eredmények alapján úgy tűnik, a fiatalabb, versenyzői tapasztalattal már rendelkező játékosok nagyobb valószínűséggel látnak karrierlehetőséget a versenyszerű videojáték-használatban, mint az idősebb játékosok hasonló tapasztalatokkal.

Jelen kutatásban a motivációk közül a versengés volt a legerősebb bejósoló erővel rendelkező motiváció a feltörekvő játékosok között, akik e-sportolói karriert terveznek. Kim és Thomas (2015) munkássága alapján a játékosok e-sportolói identitásának kialakításában is jelentős előnyt jelent a versengés motiváció megléte. Segíthet a karrier elérésében és fenntartásában, még akkor is, amikor a profi játékos vesztes szériában van („szenvedés szakasz” az e-sportolók fejlődési modelljében). Sőt, a profi e-sportolóvá válás során maga a játék versenyszerű használata önmagában is jutalmazó erejű és intrinzik módon motiválja a játékost arra, hogy folytassa a tevékenységet. Vagyis a másokkal való versengés egy játékon belül segíthet az e-sportolók karrierjének korai szakaszában („szórakozás / élvezet szakasz”) és a későbbi fejlődésük során, amikor a győzelemmel és a vereséggel is meg kell küzdeniük („teljesítő szakasz”) (Kim & Thomas, 2015).

A képességfejlesztés mint motiváció ugyancsak nagy szerepet kap az e-sportolók életében. Nem csupán egy belső motiváció, amely arra ösztönzi a játékosokat, hogy fejlesszék önmagukat, kihívásokat keressenek maguknak, melyből tapasztalatot szerezhettek és mesteri szintre fejlesztheti játékos képességeiket. A képességfejlesztésre való hajlandóság követelménye is az e-sportoknak, tekintve, hogy a játékosoknak folyamatosan adaptálódniuk kell az egyes e-sport játékokban történő mechanikai változásokhoz (például új játékelemek bekerülése, új karakterek és képességek, új pályák), a versenyek új szabályaihoz vagy az ellenfelek játékstílusához, de még csapattársaikhoz is. Az e-sportolói sikerek elérésének és fenntartásának kulcsfontosságú eleme, hogy hogyan tudnak a játékosok egy csapatként

együtt dolgozni. A képességfejlesztésbe beletartozik, hogy motivált legyen mentális képességei fejlesztésében, hajlandó legyen tovább folytatni a játékot és a versengést másokkal a sikerek és a kudarcok ellenére is, valamint az, hogy nyitott gondolkodással rendelkezzen (Himmelstein és mtsai, 2017).

A képességfejlesztés motiváció jelentős lehet a profi e-sportolók számára is. Ahogy Seo (2016) is kiemelte az e-sportolói identitás kialakulásának folyamatmodelljében, a személyes átalakulás során az e-sportolóknak fejleszteni és specializálni kell a képességeiket és tudásukat magáról a játékról és a hozzájuk kapcsolódó mechanizmusokról. Eközben a profi játékosok nézőpontja megváltozik a versenyszerű videojátékkal kapcsolatban. Már nem egyszerű szórakozásnak tekintik, hanem figyelmükkel a gyakorlásra fókuszálnak, hogy mestereivé váljanak az adott játéknak.

A társas motiváció szintén meghatározó lehet az e-sportolói karrier kialakításának különböző szakaszaiban. Ugyanúgy időt és energiát kell befektetniük a játékosoknak a csapattársakkal, játékosközösséggel, rajongókkal, de még az ellenfelekkel való kapcsolatok kialakításába és ápolásába. Martončík (2015) is vizsgálatában kiemelte, hogy az e-sportolók jobban ki tudják elégíteni kötődés/kapcsolódás életcéljukat (jelentőségteljes kapcsolatok kialakítása és fenntartása, interakció másokkal) mint a hobbijátékosok. Ha egy e-sportolói karriert tervező játékos szociálisabb, ez előnyére válhat a karrierútja során. A társas motiváltság követelménye annak, hogy sikeresen adaptálódjon az e-sport közösséghez (pl., baráti kapcsolatok kialakítása, támogató és igazi csapattaggá válás az e-sport csapaton belül).

A megküzdés motiváció, amely negatívan függött össze a karriertervezéssel jelen vizsgálatban, szintén azt a megközelítést erősíti, hogy a hobbijátékosok és a feltörekvő, kezdő e-sportolók különböznek játékhasználati attitűdjükben. A megküzdés motiváció azt jelenti, hogy a játékos a való életében felgyülemlett feszültséget, stresszt szeretné levezetni a játékban (Demetrovics és mtsai, 2011). Ugyanakkor korábbi kutatások azt találták, hogy még a profi e-sportolók is „komoly szórakozásként” festik le az e-sportot, vagyis még a profi játékosok is játszhatnak pusztán élvezetből (Bányai és mtsai, 2019; Kim & Thomas, 2015; Seo, 2016). Viszont ez azt jelenti, hogy a játékhasználat önmagában jutalmazó számukra, és ösztönözheti őket a gyakorlásra, önmaguk és képességeik fejlesztésére, és nem azért játszanak, hogy megszabaduljanak a stressztől.

7.4.1. Korlátok

A kutatásban való részvétel önkéntes volt, ennek köszönhetően a résztvevők saját elhatározásukból csatlakoztak magyarul is beszélő országokból a vizsgálathoz, úgy mint Magyarország, Románia vagy Szlovákia területéről. Emiatt jelen vizsgálatban feltárt eredmények általánosíthatóságára és reprezentativitására hathatnak az adatfelvétel körülményei. Az önkitöltős kérdőívekre jellemző a válaszadási torzítás (pl., emlékezeti torzítások visszaidézésnél, szociális kívánatosság), így az eredmények értelmezésénél ezeket is érdemes figyelembe venni. Továbbá jelen kutatásban csak férfi játékosok vettek részt, akik versenyzői tapasztalattal rendelkeznek. Az e-sportolók többsége férfi az egyes piackutatási statisztikák alapján (eNet, 2017; Newzoo, 2017), ennek ellenére a későbbiek során érdemes lenne női játékosokat is bevonni a minta minőségének javítása érdekében.

7.4.2. Kitekintés és konklúzió

Az e-sportok nem csak a videojátékos közösségen belül válnak egyre népszerűbbé, de felkeltik az érdeklődését a hagyományos sportok képviselőinek, nagy nemzetközi cégeknek és márkáknak, de még az oktatás területén is megjelennek (pl., sportösztöndíjak formájában amerikai vagy ázsiai egyetemeken, de magyar viszonylatban is vannak e-sport sportszakosztályok, például a Debreceni Egyetemen). A videojáték-használatban új korszakot nyitottak meg. Új szakmák születnek a versenyszerű videojáték-használat professzionalizálódásának köszönhetően, úgy mint profi e-sportolók, e-sport edzők és menedzserek, e-sport pszichológusok, sportkommentátorok és e-sport események rendezvényszervezői. Ennélfogva nem meglepő, hogy egyre több játékos számára jelent karrierlehetőséget az e-sport. Elsősorban a fiatalabb játékosok körében jellemző, akik alapvetően is az e-sport felhasználók/ fogyasztók többségét jelentik (eNet, 2017).

A korábbi, e-sportolókra fókuszáló kutatásokból látható, hogy a profi játékosvá válás során identitásbeli és motivációs változások figyelhetőek meg (Kim & Thomas, 2015; Seo, 2016). Így fontos figyelembe venni, hogy azok a fiatal játékosok, akik a profi e-sportolóvá válás útjára lépnek ebben a hiperkompetitív játékos közösségben, intenzív stresszt élnek meg. Sokszor szigorú követelményeknek kell megfelelniük, melyeket az e-sport edzők, csapattársak, szponzorok vagy éppen a játékos közösség támasztanak velük szemben. Az e-sportolóknak hasonló követelményekkel és kihívásokkal kell szembenézniük, mint a

hagyományos sportágak versenyzőinek: legyenek szociálisak, versengőek, és hajlandóak energiát és időt áldozni a gyakorlásra és képességeik fejlesztésére (Taylor, 2012). Országonként, kontinensenként is eltérhet az e-sport elfogadása társadalmi szinten. Például Dél-Korea e-sport nagyhatalom, ahol ugyanolyan, sőt nagyobb népszerűségnek örvendenek az e-sportolók, mint a hagyományos sportok képviselői.

Korábbi kutatások rámutattak arra is, hogy az intrinzik (belső) motivációk (önfejlesztés, játéktevékenység élvezete önmagában) segíthetnek az e-sportolói karriert tervezőknek a profivá válás során. Sőt, jelen vizsgálat eredményei alátámaszthatják, hogy a versengés, képességfejlesztés és társas motivációk magas szintje előre jelezhetik a karriertervezést e-sportolók körében.

Jelen kutatás eredményei felhívhatják a figyelmet a játékos motivációk azonosításának fontosságára, amelyek bejósolhatják a hosszútávú karrier-célokat olyan fiatal játékosok körében, akik már rendelkeznek valamilyen fokú versenyzői tapasztalattal.

A játékosok motivációs mintázatainak ismeretében az e-sport edzők jobban megismerhetik a játékosaik e-sporttal kapcsolatos attitűdjét, szándékát és viselkedését, amely segíthet abban, hogy az adott játékos számára az optimális edzéstervet alakíthassák ki vagy éppen a megfelelő szerepbe helyezték a csapaton belül.

Az eredmények rámutathatnak arra, hogy bizonyos motivációk támogatása, erősítése játékosoknál elősegítheti annak az attitűdnek a kialakulását, hogy a játékosok az e-sportot karrierlehetőségnek tekintsék. Habár az extrinzik motivációk is ösztönözhetik arra a játékosokat, hogy e-sportolóvá váljanak (pl., siker, hírnév, hatalmas pénzdíjak elnyerése), de ezen külső jutalmak iránti vágy inkább vezethet túlzó játékhasználathoz és kiegészítéshez (akár profi e-sportolók körében is).

Érdemes hangsúlyozni, hogy az e-sportolói karrier tervezése elsősorban fiatal felnőttek és serdülők körében jellemző, és jelentős húzóerőt jelent körükben a hírnév és komoly fizetés, amely ezzel a „munkával” elérhető. Ebből a perspektívából kiindulva a kezdő e-sportolók körében problémás játékhasználat alakulhat ki a hiperkompetitív játékos közösségben megélt magas stressz-szint, olykor teljesíthetetlennek tűnő elvárások és extrinzik motivációk erős jelenléte mellett (Bányai és mtsai, 2019). Ennek következtében a jövőbeli kutatásoknak érdemes az e-sportolók pszichológiai sérülékenységére koncentrálni.

8. Összegzés

8.1. A kutatási eredmények összefoglalása

A diplomamunkámban bemutatott kutatásokkal szerettem volna hozzájárulni mind a hazai videojátékos közösség jobb megismeréséhez a pszichológia oldaláról, mind pedig gazdagítani a nemzetközi szintű tudományos szakirodalmat, felhívva a figyelmet arra, hogy a videojáték-használat vizsgálata egy rendkívül összetett témakör és bőven maradtak még a tudományos érdeklődés számára olyan új területek, amellyel eddig keveset foglalkoztak.

A játékhasználati-zavar körül még kialakulóban lévő konszenzusban érdemes a lehető legtöbb nézőpontot figyelembe vennünk, elkerülve a jelenség túlpatologizálását (Billieux és mtsai, 2015). A játék alapvetően szabadidős tevékenység, mely segít a feszültség levezetésében, a feltöltődésben vagy éppen a kreatív gondolatok megélésében. Emellett egyre több olyan játékhasználó van, akik ennél többre vágyva, más minőségben űzik a tevékenységet. E-sportolóként a játékos közösség legjobbjaiává válnak és életvitelszerűen versenyeznek a játékokban. Mindezeket a szempontokat érdemes figyelembe vennie a szakmának a játékhasználati-zavar hátterében álló mechanizmusok feltárása során.

A jelen disszertációban szereplő kutatások céljait, módszertanát és eredményeit a 16. táblázat: *Összefoglaló a négy kutatás céljairól, módszertanáról és eredményeiről* szemlélteti.

16. táblázat: Összefoglaló a négy kutatás céljairól, módszertanáról és eredményeiről

Kutatás	1. Az e-sport pszichológiája: Szisztematikus szakirodalmi összefoglaló	2. A motivációk mediációs hatása a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között e-sportolók és rekreációs játékosok körében	3. Megküzdési stratégiák és az e-sport moderáló szerepe a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar kapcsolatában	4. Karrier profi e-sportolóként: Videójátékos motivációk, mint a professzionális e-sportolói karrier előrejelző mutatói
Célkitűzések	<p>Azon empirikus kutatások eredményeinek az összefoglalása, melyek specifikusan az e-sportot (vagyis a professzionális versenyszerű videojátékot) vizsgálják pszichológiai aspektusból.</p>	<p>1. Összehasonlítani az e-sportoló és a rekreációs játékosokat a játékhasználati jellemzőik, a problémás játékhasználat, a játékmotivációk és a pszichiátriai tünetek mentén.</p> <p>2. Megvizsgálni a játékmotivációk pszichés distressz és a játékhasználati-zavar közötti közvetítő (mediáló) szerepét hobbijátékosok és e-sportolók körében, arra keresve a választ, hogy a játékhasználat típusa megkülönbözteti-e a motivációk mediációs mechanizmusait az egyes csoportokban?</p>	<p>1. Annak vizsgálata, hogy a különböző megküzdési módok moderálnak-e a pszichés distressz és a játékhasználati zavar között, abban az esetben, ha a játékosok a maladaptív vagy az adaptív megküzdési módokat alkalmazzák gyakrabban.</p> <p>2. Annak a vizsgálata, hogy a játéktevékenység típusa (rekreációs vs. e-sport) moderálja-e a kapcsolatot a pszichiátriai tünetek megléte és a játékhasználati zavar között?</p>	<p>Az e-sportolói karriertervezés motivációs prediktorainak feltárása, azaz annak a vizsgálata, hogy a különböző játékmotivációk hogyan függnek össze, hogyan jelzik előre az esportolók karriertervezését.</p>

Módszertan	<p>A 2000 január és 2017 július között megjelent e-sport pszichológiájával kapcsolatos tudományos művek keresése adatbázisokban (pl. <i>Google Scholar, a Science Direct, a PubMed, és a Web of Knowledge</i>) az alábbi kulcsszavak mentén: ‘esport video gam*’; ‘professional gam*’; ‘pro gam*’; ‘competitive video gam*’; ‘esport competitive video gam*’; ‘sport video gam*’ és ‘professional video gam*’</p> <p>A szisztematikus elemzésbe bevonás kritériumai: angol nyelven íródott, peer-reviewed nemzetközi tudományos folyóiratban publikált empirikus kutatások</p>	<p>Online önkitöltős kérdőív a GameStar magazin felületein, adatfelvétel 2016 november-december</p> <p>Magyar minta, kényelmi mintavétel</p>		
		<p>N = 4284 (89,89% ffi; átlag életkor = 23,08), N_{hobbyi} = 4079 (89,63% ffi, átlag életkor = 23,10), N_{e-sport}=195 (95,12% ffi, átlag életkor = 22,00)</p> <p>Mérőeszközök: szociodemográfia (nem, életkor, oktatásban töltött évek száma, családi állapot, jelenleg dolgozik/tanul), általános videójáték-használati (átlagos játékidő óra/hétköznap és óra/hétféje nap, leggyakrabban játszott játékműfaj, platform) és e-sport karakterisztikák (online/offline versenyek gyakorisága, típusa), MOGQ, IGDT-10, BSI alskálák (szorongás, depresszió, pszichoticizmus)</p> <p>Statisztikai elemzés: SEM mediációs modell, hobbi játékos-e-sportoló csoport</p>	<p>N= 3476 (90,1% ffi; átlag életkor=23,20)</p> <p>Mérőeszközök: szociodemográfia (nem, életkor, oktatásban töltött évek száma, családi állapot, jelenleg dolgozik/tanul), általános videójáték-használati (átlagos játékidő óra/hétköznap és óra/hétféje nap) és e-sport karakterisztikák (online/offline versenyek gyakorisága, típusa), Brief COPE alskálák, BSI alskálák (szorongás, depresszió, pszichoticizmus), IGDT-10</p> <p>Statisztikai elemzés: EFA a BCOPE kérdőíven, moderációs elemzés Bonferroni-korrekcióval</p>	<p>N= 190 (100% ffi; átlag életkor=21,6)</p> <p>Mérőeszközök: szociodemográfia (nem, életkor, oktatásban töltött évek száma, családi állapot, jelenleg dolgozik/tanul), általános videójáték-használati (játékidő/nap és játékidő/hét) és e-sport karakterisztikák (mióta versenyez, online/offline versenyek gyakorisága, típusa, szintje, verseny előtti felkészülési idő, karriertervezés), MOGQ</p> <p>Statisztikai elemzés: Pearson korreláció, bináris logisztikus regresszió (egy-prediktoros és többszörös-prediktoros)</p>

<p style="text-align: center;">Eredmények</p>	<p>Összesen 8 tudományos közlemény 3 témakörben:</p> <p>1. Hogyan válik e-sportolóvá egy játékos? Fejlődési útjának feltárása, hogyan változnak meg a játékhasználati szokások kezdőtől a profi szintig (Kim & Thomas, 2015; Seo, 2016).</p> <p>2. Az e-sport játékosok pszichológiai jellemzőinek megismerése, különösen a mentális képességekre, motivációs mintázataikra fókuszáltnak, melyek megkülönböztethetik őket a hobbijátékosoktól (Himmelstein et al., 2017; Lee & Schoenstedt, 2011b; Martončík, 2015; Weiss, 2011).</p> <p>3. Az e-sport közvetítéseket néző rajongók fogyasztási szokásainak és ehhez kapcsolódó motivációs mintázatok megértése (Hamari & Sjöblom, 2017; Lee és mtsai, 2014).</p>	<p>Az e-sportolók és a hobbijátékosok között különbség van a játékidjükben (az e-sportolók hosszabb ideig játszanak egy-egy alkalommal akár hétköznap, akár hétvégén.). Különbség van a játékos motivációkban is: e-sportolók magasabb értéket értek el a versengés, a társas és készségfejlesztés esetén.</p> <p>A pszichés distressz mind direkt, mind indirekt módon (a motivációkon keresztül) összefügg a játékhasználati-zavarral. Mind az e-sportoló, mind a hobbijátékos csoportban az eszképzimus/menekülés motiváció volt az egyetlen, mely jelentős közvetítő hatást mutatott a modellekben, azonban az e-sportolókat és a hobbijátékosokat összehasonlítva nincs különbség a játékmotivációk közvetítő szerepében a pszichés distressz és a</p>	<p>Ha a pszichés distressz magas az egyén életében, a játékhasználati-zavar tüneteinek jelenléte az önhibáztatás/figyelemelterelés és a tagadás megküzdési stratégiák szintje által moderált, vagyis akik gyakrabban alkalmazzák ezeket a stratégiákat a stresszel való megküzdés során, szignifikánsan több játékhasználati-zavarhoz kapcsolódó tünetet mutatnak. Ezzel szemben, akik érzelmi/társas támogatást és aktív megküzdés alkalmaznak gyakrabban, szignifikánsan kevesebb játékhasználati-zavarhoz kapcsolódó tünetet élhetnek meg, mint akik ritkábban használják ezeket a megküzdési módokat. Ugyanakkor a megküzdési stratégiák moderáló ereje gyenge volt.</p> <p>A játéktevékenység típusa (esport vs. rekreációs) nem moderálja a pszichés distressz és a játékhasználati zavar közötti kapcsolatot.</p>	<p>A versengés, a készségfejlesztés és a társas motivációk magas szintje előre jelzi a karriertervezést, hogy egy adott játékos profi e-sportolóvá váljon. Valamint a fiatalabb, versenyzői tapasztalattal már rendelkező játékosok nagyobb valószínűséggel látnak e-sportolói karrierlehetőséget a versenyszerű videojáték-használatban, mint az idősebb játékosok hasonló tapasztalatokkal.</p>
--	---	---	--	---

		játékhasználati-zavar között.		
--	--	----------------------------------	--	--

Megjegyzés: MOGQ - Online Játékok Motivációja Kérdőív (Motivations of Online Gaming Questionnaire); IGDT-10 - 10-tételes Internetesjáték-használati Zavar Teszt (10-Item Internet Gaming Disorder Test); BSI: Rövid Tünet Skálát (Brief Symptom Inventory), EFA - Feltáró faktorelemzés (Exploratory Factor Analysis)

8.1.1. Az e-sport pszichológiája: Szisztematikus szakirodalmi összefoglaló

Disszertációm első tanulmányát az e-sport pszichológiai hátterével foglalkozó empirikus kutatások szisztematikus szakirodalmi összefoglalója jelentette. A tanulmány célkitűzése az volt, hogy szintetizálja a tudományos érdeklődés számára egyelőre elérhető vizsgálatokat, bemutassa a versenyszerű videojáték-használat különböző oldalait, mind a versenyzők, mind a nézők/rajongók oldaláról. A szakirodalmi összefoglalóban összesen 8 olyan empirikus, nemzetközileg elismert peer-reviewed folyóiratban megjelenő cikk került elemzésre, melyek három nagy témakört öleltek fel az e-sporttal kapcsolatban:

1. Hogyan válik e-sportolóvá egy játékos? Fejlődési útjának feltárása, hogyan változnak meg a játékhasználati szokások kezdőtől a profi szintig (Kim & Thomas, 2015; Seo, 2016).
2. Az e-sport játékosok pszichológiai jellemzőinek megismerése, különösen a mentális képességekre, motivációs mintázataikra fókuszáltnak, melyek megkülönböztethetik őket a hobbijátékosoktól (Himmelstein és mtsai, 2017; Lee & Schoenstedt, 2011b; Martončík, 2015; Weiss, 2011).
3. Az e-sport közvetítéseket néző rajongók fogyasztási szokásainak és ehhez kapcsolódó motivációs mintázatok megismerése (Hamari & Sjöblom, 2017; Lee és mtsai, 2014).

A kutatási eredmények szintetizálása mellett a szakirodalmi összefoglaló célja volt, hogy lehetséges jövőbeli kutatási irányokat tárjon fel. Akár a versenyző játékosok és profi szerencsejátékosok hasonlóságára felhívva a figyelmet (pl., a tevékenységet ért stigmatizáció, az eltérő játékhasználati mintázatok kezdő/profi/problémás játékosok esetében) (Hing és mtsai, 2016; Weinstock és mtsai, 2013), vagy akár az e-sportolók nagyobb pszichés terheltsége, a megélt stresszre és az esetleges problémás játékhasználat kialakulására helyezve a hangsúlyt (Faust és mtsai, 2013; Griffiths, 2017). Továbbá rámutat arra, hogy az e-sport karrierlehetőségként és sportágként való definiálása a hagyományos sportágak képviselői számára még mindig vitat tárgyat képezik, miközben hasonló felkészültséget várnak el ma már a profi e-sportolóktól, mint más sportágak versenyzőitől (Suits, 2007; Taylor, 2012)

8.1.2. *A motivációk mediációs hatása a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar között e-sportolók és rekreációs játékosok körében*

A második tanulmány a játékmotivációk, a játékhasználati-zavar és a mentális egészség kapcsolatát vizsgálta. A korábbi, mediációs modellekkel ellentétben, melyek egy általános videojátékos mintát vizsgáltak (Ballabio és mtsai, 2017; Király, Urbán, és mtsai, 2015), jelen vizsgálatban különbséget tettünk az e-sportolók és a hobbijátékosok csoportjai között.

A vizsgálat első célkitűzése az volt, hogy feltárja az e-sportolók és rekreációs játékosok közötti játékhasználatban megnyilvánuló különbségeket. Az eredmények alapján az e-sportolók egyértelműen több időt töltöttek el az adott videojátékkal, és motivációk tekintetében is sokkal magasabb pontszámot értek el versengés, a társas és a készségfejlesztés motivációk esetén. Ezeket a motivációkat a korábbi kutatások az e-sportolói karrier sikerességével hozták összefüggésbe (Himmelstein és mtsai, 2017; Kim & Thomas, 2015; Lee & Schoenstedt, 2011b; Martončík, 2015; Weiss & Schiele, 2013).

A vizsgálat második szakaszában a játékhasználati-zavar háttérében álló mechanizmusokat tártuk fel, külön az e-sportoló és a hobbi játékos csoporton belül. A korábbi vizsgálatok arra mutattak rá, hogy a magas pszichés distressz szorosan összefügg a játékhasználati-zavar kialakulásával és ezt a kapcsolatot többek közt az eszképzimus és a versengés motivációk is közvetítik (Ballabio és mtsai, 2017; Király, Urbán, és mtsai, 2015). Jelen vizsgálatban a menekülés motiváció valóban előrejelző mutatója volt a játékhasználati-zavar kialakulásának, de a mediáló kapcsolat nem különbözött e-sportolók és a hobbijátékosok körében. Az eredmény két érdekes kérdést is felvet. Egyrészt úgy tűnik, a menekülés motiváció egy sokkal univerzálisabb háttérmechanizmus részét képezi a játékhasználati-zavar kialakulásában, ráadásul ereje függ a játékosok egyéni és környezeti tényezőitől (pl. önértékelés, jóllét, megélt stressz-szint) (Kardefelt-Winther, 2014). Másrészt fontos lehet azt feltárni, hogy a menekülés az e-sportolók esetében mit jelent, tekintve, hogy a hivatásuk, mindennapi munkájuk szerves részét képezi az intenzív videojáték használat. Vajon a játékba menekülés az e-sportolók esetén a kiegészítő jele vagy a fejlődésük kezdeti szakasza, amikor még nem döntöttek a karriertervezés mellett?

8.1.3. Megküzdési stratégiák és az e-sport moderáló szerepe a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar kapcsolatában

A játékhasználati-zavarral összefüggésben számos kutatás talált kapcsolatot a megküzdési stratégiákkal, elősorban az úgynevezett maladaptív/ diszfunkcionális stílusok esetén (King és mtsai, 2019; Kircaburun és mtsai, 2019; Kitazawa és mtsai, 2018; Starcevic & Khazaal, 2017; Vadlin és mtsai, 2016). Így a harmadik tanulmány egyik célkitűzése az volt, hogy feltérképezze a megküzdési stratégiák moderáló szerepét a játékhasználati-zavar és a pszichés distressz tünetei (pl. depresszió, szorongás, pszichoticizmus) között. Második célkitűzésem az e-sport, azaz a versenyszerű játékhasználat moderáló szerepének feltárása volt a pszichés distressz és játékhasználati-zavar között.

Az eredmények alapján elmondható, hogy a vizsgált megküzdési stratégiák esetén négy mutatott nagyon gyenge moderációs hatást a pszichés distressz és a játékhasználati-zavar interakciójában. Míg az önhibáztatás/figyelemelterelés és a tagadás (mint maladaptív stratégiák) kismértékben erősítették a kapcsolatot, addig az érzelmi/társas támogatás keresése és aktív megküzdés (vagyis adaptív stratégiák) kismértékben gyengítették azt. Az eredmények felvetik a kérdést, hogy a megküzdési módok moderáló vagy mediáló szerepe mekkora erővel rendelkezik és mi állhat ennek a háttérében. Erre példa lehet Shahar és Herr (2011) kutatása, mely empirikus bizonyítékot szolgáltat, hogy a maladaptív megküzdési módok használatának valószínűsége együttjár (mediált) az egyén által megélt magas distressz szinttel.

Az e-sport esetén a moderáló hatás még kisebb mértéket öltött. Tehát a játékok versenyszerű használata nem erősítette a distressz és a játékhasználati-zavar közötti kapcsolatot. Ez az eredmény összeeseng azon korábbi kutatásokkal, amelyek ellentmondanak az intenzív játékhasználattal kapcsolatos negatív sztereotípiáknak. Vagyis az intenzív játékhasználat önmagában nem jelenti azt, hogy a tevékenység problémás (Griffiths, 2010b; Király, Tóth, és mtsai, 2017). Az e-sportolók számára a játékhasználat egy sokkal tudatosabb folyamatot jelent, mely illeszkedik napirendjük többi eleméhez (pl., fizikai edzést, mentális felkészülést) (Taylor, 2012) – hasonlóan a hagyományos sportok képviselőihez.

8.1.4. *Karrier profi e-sportolóként: Videójátékos motivációk, mint a professzionális e-sportolói karrier előrejelző mutatói*

Negyedik, egyben disszertációm utolsó tanulmánya az e-sportolói karrier háttérében álló prediktor változókat vizsgálta annak tekintetében, hogy mely motivációk jelzik előre az e-sportolói karriertervezést.

Ahogy a disszertációmban korábban bemutatott kutatásokban láthattuk, a motivációknak komoly szerepe van a versenyző és a hobbi játékosok megkülönböztetésében és a játékhasználati-zavar predikciójában is (Ballabio és mtsai, 2017; Bányai és mtsai, 2019; Király, Urbán, és mtsai, 2015). Másrészt a profi e-sportolókat érintő vizsgálatokból látható, hogy ezek a versenyzők karrierjük fejlődése során identitásbeli és motivációbeli változásokon mennek át, adaptálódva a hiperkompetitív környezet elvárásaihoz. Közben a játékhasználat a személyiségük részévé válik (Kim & Thomas, 2015; Seo, 2016).

Viszont a kezdő játékosok esetén, akik rendelkeznek már versenyzői tapasztalattal, bizonyos játékmotivációk meglete szinte elengedhetetlen lehet. Nem csak az e-sport közösségbe való belépéshez kellhetnek, hanem az optimális teljesítmény fenntartásában is segíthetik őket.

Jelen vizsgálatban a versengés, a készségfejlesztés és a társas motivációk jelentek meg (Demetrovics és mtsai, 2011), mint az e-sportolói karrier bejósói. Emellett a játékosok fiatal kora is előre jelezte a karriertervezés valószínűségét.

Piackutatási statisztikákból látható, hogy az e-sportolói karriert tervezők elsősorban 24 év alatti fiatalok (eNet, 2017, 2019; Pintér, 2018). Épp ezért fontos vizsgálni, hogy a versenyzői életmód mennyire kompatibilis a karriert tervező e-sportolók életének más fontos tevékenységeivel/területeivel. Ezzel kapcsolatban fogalmazzák meg például Chung és munkatársai (2019) abbéli aggályait, hogy a versenyzői karrier hajszolása (hasonlóan, mint ahogy nem minden focizni szerető fiatal lesz világhírű focista) az iskolai tanulmányok elhanyagolásához, akár a teljes oktatási rendszerből való kilépéshez vezethet. Az e-sportolni vágyók ennek rövidtávon nem érezhetik a súlyát, hosszútávon azonban – ha a karriertervezés nem hozza meg sikerét –, komoly hátrányt jelenthet a jövőjükkel illetően.

Az e-sport rendkívül attraktív a fiatalok számára, hiszen a profikat látva számos pozitív hozadékát látják a versenyzői létnek (pl. a top tier játékosok fizetése, szponzoráció világmárkáktól, tekintély és elismerés nemzetközi szinten). Az árnyoldalait azonban kevésbé

látják kezdőként. Például a játék elveszítheti szórakoztató jellegét, a játékosnak pedig folyamatosan fenn kell tartani a magas szintű teljesítményt, nyitottnak kell lenni az önfejlesztésre, megújulásra és meg kell felelnie a magas szintű teljesítmény elvárásnak (Bányai és mtsai, 2019; Kim & Thomas, 2015; Seo, 2016). Ennél fogva kifejezetten fontos, hogy mind a profi e-sportolóvá válók, mind pedig az őket segítő szakma (edzők, menedzserek, sportpszichológusok) tudatosan építkezzen a játékosok motivációira, akár egyéni és csapatszintű optimális edzésterv kialakításával.

8.2. Korlátok

Az első tanulmány szisztematikusan tekinti át az e-sport pszichológiai vonatkozásában született empirikus tudományos közleményeket, melyeket az alábbi keresőszavak segítségével szűrtünk ki (pl. ‘esport video gam*’; ‘professional gam*’; ‘pro gam*’; ‘competitive video gam*’; ‘esport competitive video gam*’; ‘sport video gam*’ és ‘professional video gam*’). Mivel az e-sport megnevezésével és definíciójával kapcsolatban sincs egységes szakmai konszenzus, így fennáll a lehetősége annak, hogy bizonyos, mégis témát érintő empirikus kutatások nem kerültek beválogatásra a keresetőség hiánya miatt.

Emellett a kizárási kritériumok szigorúsága miatt előfordulhat, hogy olyan tudományos közlemények nem kerültek beválogatásra a végső elemzésbe, melyek ugyan az e-sportolók pszichológiai vizsgálatával foglalkoztak, de formátumuk vagy tartalmuk (pl. konferencia előadás, nem közvetlen pszichológiai megközelítés) nem tette lehetővé a beválogatásukat. Ezen kutatások minőségüktől függően azonban az elméleti bevezetőben feldolgozásra kerültek, így tartalmuk kellő figyelmet kaphatott.

A disszertációmban bemutatott empirikus kutatások közül három vizsgálat ugyanazon adatbázison alapszik, melyben a hobbi játékosok és e-sportolók játékhasználatának pszichológiai hátterét vizsgáltuk. A kutatásban önkéntesen vettek részt a kitöltők, egyéni motiváltságuk mellett azonban ösztönzők használata is történt (két db 60.000 Ft értékű vásárlási utalvány kisorsolása az kitöltők között). A kérdőív kitöltése csak magyarul beszélő játékosok számára volt elérhető, tekintve, hogy az online kérdőív a GameStar magazin magyar nyelvű online felületén került megosztásra. Így a vizsgált mintában magyar nyelvterületről érkező játékosok vehettek részt, mint például Magyarország, Románia vagy Szlovákia.

Az empirikus vizsgálatok során kényelmi mintavétel történt, valamint a kutatás designja keresztmetszeti elrendezésű volt, emiatt ok-okozati összefüggések levonása nem indokolt. A jövőbeli kutatásoknak érdemes lehet longitudinális (a játékhasználati-zavar mechanizmusainak feltárására), illetve kísérleti elrendezést (megküzdési stratégiák használatának feltárása) alkalmaznia a téma feltárása során.

Az empirikus kutatásokban az e-sportolói al minta létrehozásakor elméleti és magyar viszonylathoz mérten gyakorlati megfontolásokat (pl., a versenyszervezések szabályozása, gyakorisága) is figyelembe vettünk, ugyanakkor a későbbi kutatások során érdemes az osztályozás módszerét finomítani, standardizálni a minta minőségének javítása érdekében.

Az empirikus kutatások vizsgálatának bázisát adó mintán belül a nemi eloszlás nem volt kiegyenlített, ezt befolyásolhatták a mintavétel körülményei is. A GameStar magazin olvasói között nagyobb a férfi olvasók aránya, ennél fogva a kitöltők körében is a férfiak felé tolódott el a nemek aránya. A negyedik vizsgálatban ezen kívül csak férfi játékosok adatai kerültek elemzésre. Az e-sportolókról szóló piackutatási elemzések hasonló képet festenek le, vagyis a férfi versenyzők komoly túlsúlyban vannak a női játékosokhoz képest (eNet, 2017, 2019; Pintér, 2018). Ebből kifolyólag az eredmények nem általánosíthatóak a női játékosok körében.

8.3. Kitekintés és konklúzió

A disszertációmban bemutatott kutatások eredményei további empirikus bizonyítékot nyújthatnak a játékhasználati módok megkülönböztetéséhez, új nézőpontokat hozhatnak be a játékhasználat háttérében álló egészséges, valamint problémás mechanizmusok megértésében.

A videojátékokkal foglalkozó pszichológiai kutatások - a versenyszerű videojáték használat népszerűségének növekedése mellett is - a mai napig gyakran problémásnak keretezik a játéktevékenységet, mivel az általában nem jár fizikai aktivitással és elsősorban ülő tevékenység (Hilvoorde & Pot, 2016; van Hilvoorde, 2016), valamint az intenzív használatot automatikusan problémásnak tekintik (Griffiths, 2017). Így számos empirikus adatra és további kutatásokra van még szükség, hogy az e-sport pszichológiájáról és általánosságban a videojáték-használatról egy egységes tudományos álláspont alakulhasson ki. Például ahhoz, hogy az e-sport elnyerje „sport státuszát”, nemzetközi szinten elfogadott

sporttevékenységgé kellene válnia (Hilvoorde & Pot, 2016; Witkowski, 2009, 2012). Jelenleg több mint 60 országban tervben tervezik vagy már sporttá is minősítették a versenyszerű videojáték-használatot (International e-Sports Federation, 2020).

Az, ahogyan az e-sportolók és a hobbijátékosok reprezentálják magukat a játékok virtuális világában, más háttérmechanizmusokkal és pszichológiai háttérváltozókkal függhet össze a két játékoscsoport esetében.

Az e-sportolók sokkal intenzívebben használják az adott videojátékokat, mint a rekreációs játékosok. Míg a kutatások nem tartják szükségszerűen negatívnak az intenzív játékhasználatot (Billieux és mtsai, 2013; Chung és mtsai, 2019; Griffiths, 2010b), a mostani eredmények arra engedhetnek következtetni, hogy az e-sportolók intenzív játékhasználatára problémás következményekkel is járhat. Ez felvet egy újabb érdekes elméleti kérdést azon e-sportolók esetén, akik munkaként tekintenek a versenyszerű videojáték-használatra, de problémás játékosok is egyben (a játékhasználati-zavar is beletartozik). Vajon ők játékfüggőnek vagy munkafüggőnek tekinthetők (Faust és mtsai, 2013)? E kérdés feltárásához jó gyakorlatokat, kiindulási pontokat adhatnak a profi szerencsejátékosokat vagy sportolókat vizsgáló pszichológiai kutatások.

A videojáték-használat különböző típusainak vizsgálata segíthet azon stigmák gyengítésében, melyekkel egy profi játékosnak (egyéni, csoport, management szinten is), de akár egy videojátékosnak hobbi szinten használónak is meg kell küzdenie. Segíthet azonosítani az e-sport kockázati tényezőit és megoldást találni a jelenlegi potenciális akadályokra, legyen szó a profi játékosvá válás folyamatához kapcsolódó pszichés megterhelésről, a játékos megküzdési módjainak azonosításáról és fejlesztéséről edzések/versenyek alatt, vagy a problémás játékhasználat mintázatainak korai felismeréséről.



Hivatkozások

- Aarseth, E., Bean, A. M., Boonen, H., Colder Carras, M., Coulson, M., Das, D., . . . Ferguson, C. J. (2017). Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder proposal. *Journal of Behavioral Addictions, 6*(3), 267-270.
- Abarbanel, B., & Johnson, M. R. (2019). Esports consumer perspectives on match-fixing: implications for gambling awareness and game integrity. *International Gambling Studies, 19*(2), 296-311.
- Adamus, T. (2012). Playing computer games as electronic sport: In search of a theoretical framework for a new research field. In J. Fromme & A. Unger (Eds.), *Computer games and new media cultures: A handbook of digital games studies* (pp. 477-490). Dordrecht: Springer.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*(2), 217-237.
- Allison, S. E., von Wahlde, L., Shockley, T., & Gabbard, G. O. (2006). The development of the self in the era of the internet and role-playing fantasy games. *American Journal of Psychiatry, 163*(3), 381-385.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (fifth ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors, 30*(2), 252-262.
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors, 64*, 287-293.
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale 1, 2. *Psychological reports, 110*(2), 501-517.
- Apperley, T. H. (2006). Genre and game studies: Toward a critical approach to video game genres. *Simulation & Gaming, 37*(1), 6-23.

- Baer, R. A., Smith, G. T., & Allen, K. B. (2004). Assessment of mindfulness by self-report: The Kentucky Inventory of Mindfulness Skills. *Assessment, 11*(3), 191-206.
- Ballabio, M., Griffiths, M. D., Urbán, R., Quartiroli, A., Demetrovics, Z., & Király, O. (2017). Do gaming motives mediate between psychiatric symptoms and problematic gaming? An empirical survey study. *Addiction Research & Theory, 25*(5), 397-408.
- Bányai, F., & Fülöp, M. (2015). A videojáték-használat pszichológiai megközelítései. *Imágó Budapest, 4*(4), 6-26.
- Bányai, F., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2019). The mediating effect of motivations between psychiatric distress and gaming disorder among esports gamers and recreational gamers. *Comprehensive Psychiatry, 94*, 152117.
- Bányai, F., Griffiths, M. D., Király, O., & Demetrovics, Z. (2018). The psychology of esports: A systematic literature review. *Journal of Gambling Studies, 35*(2), 351-365. doi: <https://doi.org/10.1007/s10899-018-9763-1>
- Bányai, F., Zsila, Á., Demetrovics, Z., & Király, O. (2018). A problémás videojáték-használat újabb elméleti és gyakorlati megközelítései. *Információs Társadalom: Társadalomtudományi Folyóirat, 18*(1), 93-106.
- Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., . . . Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *Plos One, 12*(1), e0169839.
- Bányai, F., Zsila, Á., Kökönyei, G., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2020). *Do coping mechanisms and being an esports player moderate the relationship between psychiatric symptoms and gaming disorder?*
- Bartle, R. A. (1996). Hearts, clubs, diamonds, spades: Players who suit MUDs. *Journal of MUD research, 1*(1), 19.
- Bartle, R. A. (2004). *Designing virtual worlds*. Indianapolis: New Riders.
- Baumstarck, K., Alessandrini, M., Hamidou, Z., Auquier, P., Leroy, T., & Boyer, L. (2017). Assessment of coping: a new french four-factor structure of the brief COPE inventory. *Health and Quality of Life Outcomes, 15*(1), 8.
- Behnke, M., Kosakowski, M., & Kaczmarek, L. D. (2020). Social challenge and threat predict performance and cardiovascular responses during competitive video gaming. *Psychology of sport and exercise, 46*, 101584.

- Billieux, J., Chanal, J., Khazaal, Y., Rochat, L., Gay, P., Zullino, D., & Van der Linden, M. (2011). Psychological predictors of problematic involvement in massively multiplayer online role-playing games: illustration in a sample of male cybercafe players. *Psychopathology, 44*(3), 165-171.
- Billieux, J., King, D. L., Higuchi, S., Achab, S., Bowden-Jones, H., Hao, W., . . . Saunders, J. B. (2017). Functional impairment matters in the screening and diagnosis of gaming disorder: Commentary on: Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder proposal (Aarseth et al.). *Journal of Behavioral Addictions, 6*(3), 285-289.
- Billieux, J., Schimmenti, A., Khazaal, Y., Maurage, P., & Heeren, A. (2015). Are we overpathologizing everyday life? A tenable blueprint for behavioral addiction research. *Journal of Behavioral Addictions, 4*(3), 119-123.
- Billieux, J., Van der Linden, M., Achab, S., Khazaal, Y., Paraskevopoulos, L., Zullino, D., & Thorens, G. (2013). Why do you play World of Warcraft? An in-depth exploration of self-reported motivations to play online and in-game behaviours in the virtual world of Azeroth. *Computers in Human Behavior, 29*(1), 103-109.
- Blaszczyński, A. (2006). Internet use: In search of an addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction, 4*(1), 7-9.
- Bose, C. N., Bjorling, G., Elfstrom, M. L., Persson, H., & Saboonchi, F. (2015). Assessment of coping strategies and their associations with health related quality of life in patients with chronic heart failure: the Brief COPE restructured. *Cardiology Research, 6*(2), 239.
- Brand, M., Laier, C., & Young, K. S. (2014). Internet addiction: coping styles, expectancies, and treatment implications. *Frontiers in Psychology, 5*, 1256.
- Brasileiro, S. V., Orsini, M. R., Cavalcante, J. A., Bartholomeu, D., Montiel, J. M., Costa, P. S., & Costa, L. R. (2016). Controversies regarding the psychometric properties of the brief COPE: the case of the Brazilian-Portuguese version "COPE breve". *Plos One, 11*(3), e0152233.
- Brock, T. (2017). Roger Caillois and e-sports: On the problems of treating play as work. *Games and Culture, 12*(4), 321-339.

- Brown, K. A., Billings, A. C., Murphy, B., & Puesan, L. (2018). Intersections of fandom in the age of interactive media: eSports fandom as a predictor of traditional sport fandom. *Communication & Sport*, 6(4), 418-435.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. *Sage Focus Editions*, 154, 136-136.
- Brunborg, G. S., Mentzoni, R. A., & Frøyland, L. R. (2014). Is video gaming, or video game addiction, associated with depression, academic achievement, heavy episodic drinking, or conduct problems? *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 27-32.
- Brunborg, G. S., Mentzoni, R. A., Melkevik, O. R., Torsheim, T., Samdal, O., Hetland, J., . . . Pallesen, S. (2013). Gaming addiction, gaming engagement, and psychological health complaints among Norwegian adolescents. *Media psychology*, 16(1), 115-128.
- Byrne, B. M. (2016). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming* (2nd ed.). New York: Routledge.
- Caillois, R. (2001). *Man, Play and Games*. Urbana and Chicago: University of Illinois Press.
- Campbell, J. (1965). *Hero with 1000 faces*. New York: World.
- Carruthers, C., Platz, L., & Busser, J. (2006). Gambling motivation of individuals who gamble pathologically. *Therapeutic Recreation Journal*, 40(3), 165-181.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief cope. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92.
- Chan, P. A., & Rabinowitz, T. (2006). A cross-sectional analysis of video games and attention deficit hyperactivity disorder symptoms in adolescents. *Annals of General Psychiatry*, 5(1), 16.
- Chappell, D., Eatough, V., Davies, M. N., & Griffiths, M. (2006). EverQuest—It's just a computer game right? An interpretative phenomenological analysis of online gaming addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(3), 205-216.
- Charlton, J. P., & Danforth, I. D. (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1531-1548.
- Charlton, J. P., & Danforth, I. D. (2010). Validating the distinction between computer addiction and engagement: Online game playing and personality. *Behaviour & Information Technology*, 29(6), 601-613.

- Cheng, C. (2001). Assessing coping flexibility in real-life and laboratory settings: a multimethod approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(5), 814.
- Choi, C. (2019). Understanding media consumption of electronic sports through spectator motivation, using three different segmentation approaches: the levels of addiction, passion, and fan identification. *Sport Mont*, 17(1), 3-8.
- Choi, C., Hums, M. A., & Bum, C.-H. (2018). Impact of the family environment on juvenile mental health: eSports online game addiction and delinquency. *International journal of environmental research and public health*, 15(12), 2850.
- Chung, T., Sum, S., Chan, M., Lai, E., & Cheng, N. (2019). Will esports result in a higher prevalence of problematic gaming? A review of the global situation. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(3), 384-394. doi: <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.46>
- Coates, D., Parshakov, P., & Paklina, S. (2020). Do Managers Matter: Evidence From E-Sports. *Contemporary Economic Policy*, 38(2), 304-312.
- Dauriat, F. Z., Zermatten, A., Billieux, J., Thorens, G., Bondolfi, G., Zullino, D., & Khazaal, Y. (2011). Motivations to play specifically predict excessive involvement in massively multiplayer online role-playing games: evidence from an online survey. *European Addiction Research*, 17(4), 185-189.
- De Prato, G., Feijóo, C., Nepelski, D., Bogdanowicz, M., & Simon, J. P. (2010). Born digital/grown digital: Assessing the future competitiveness of the EU video games software industry. *JRC Scientific and Technical Reports*, EUR 24555 EN.
- Delfabbro, P., & King, D. L. (2019). Play dynamics on electronic gaming machines: A conceptual review. *Journal of Behavioral Addictions*, 1-10.
- Demetrovics, Z., & Király, O. (2016). Internet/gaming addiction is more than heavy use over time: Commentary on Baggio and colleagues (2015). *Addiction*, 111(3), 523-524.
- Demetrovics, Z., & Kun, B. (2010). A viselkedési függőségek és az impulzuskontroll egyéb zavarainak helye az addikciók spektrumán. In D. Zs & K. B (Eds.), *Az addiktológia alapjai IV.* (pp. 29-40). Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.
- Demetrovics, Z., Urbán, R., Nagygyörgy, K., Farkas, J., Griffiths, M. D., Pápay, O., . . . Oláh, A. (2012). The development of the problematic online gaming questionnaire (POGQ). *Plos One*, 7(5).

- Demetrovics, Z., Urbán, R., Nagygyörgy, K., Farkas, J., Zilahy, D., Mervó, B., . . . Harmath, E. (2011). Why do you play? The development of the motives for online gaming questionnaire (MOGQ). *Behavior Research Methods*, *43*(3), 814-825.
- Derogatis, L., & Spencer, P. (1975). *BSI administration and procedures manual I*. Baltimore, MD: Clinical Psychometric Research.
- DiFrancisco-Donoghue, J., Balentine, J., Schmidt, G., & Zwibel, H. (2019). Managing the health of the eSport athlete: an integrated health management model. *BMJ open sport & exercise medicine*, *5*(1).
- Doré, B. P., Silvers, J. A., & Ochsner, K. N. (2016). Toward a personalized science of emotion regulation. *Social and Personality Psychology Compass*, *10*(4), 171-187.
- Dowling, N. A. (2014). Issues raised by the DSM-5 internet gaming disorder classification and proposed diagnostic criteria. *Addiction (Abingdon, England)*, *109*(9), 1408.
- Dreier, M., Wölfling, K., Duvén, E., Giralt, S., Beutel, M. E., & Müller, K. W. (2017). Free-to-play: about addicted Whales, at risk Dolphins and healthy Minnows. Monetization design and internet gaming disorder. *Addictive Behaviors*, *64*, 328-333.
- Egliston, B. (2019). Watch to win? E-sport, broadcast expertise and technicity in Dota 2. *Convergence*, 1354856519851180.
- Elo, S., & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of advanced nursing*, *62*(1), 107-115.
- eNet. (2017). Almost 200,000 hardcore gamers in Hungary – E-sports in figures. from <https://enet.hu/news/almost-200000-hardcore-gamers-in-hungary-e-sports-in-figures/?lang=en>
- eNet. (2018). Magyarország 3,7 millió játékos hazája. Retrieved 05.18., 2020, from <https://enet.hu/hirek/magyarorszag-37-millio-jatekos-hazaja/>
- eNet. (2019). E-sport makes up more than half of Hungary's video gaming market.
- Engeström, Y. (1993). Developmental studies of work as a testbench of activity theory: The case of primary care medical practice. In S. Chaiklin & J. Lave (Eds.), *Understanding practice: Perspectives on activity and context* (pp. 64-103). Cambridge: Cambridge University Press.

- Engeström, Y. (1999). Activity theory and individual and social transformation. In Y. Engeström, R. Miettinen & R.-L. Punamäki (Eds.), *Perspectives on activity theory* (pp. 19-38). Cambridge: Cambridge University Press.
- Engeström, Y., Miettinen, R., & Punamäki, R.-L. (1999). *Perspectives on activity theory*. Cambridge: Cambridge University Press.
- English, T., Lee, I. A., John, O. P., & Gross, J. J. (2017). Emotion regulation strategy selection in daily life: The role of social context and goals. *Motivation and Emotion, 41*(2), 230-242.
- Entertainment Software Association. (2017). Essential facts about the computer and video game industry. Retrieved May 27, 2020, from <https://www.theesa.com/esa-research/2017-essential-facts-about-the-computer-and-video-game-industry/>
- Entertainment Software Association. (2019). Essential facts about the computer and video game industry. Retrieved May 27, 2020, from https://www.theesa.com/wp-content/uploads/2019/05/ESA_Essential_facts_2019_final.pdf
- Evans, J. D. (1996). *Straightforward statistics for the behavioral sciences*: Thomson Brooks/Cole Publishing Co.
- Evren, C., Dalbudak, E., Topcu, M., Kutlu, N., Evren, B., & Pontes, H. M. (2018). Psychometric validation of the Turkish nine-item internet gaming disorder scale–short form (IGDS9-SF). *Psychiatry Research, 265*, 349-354.
- Fanfarelli, J. R. (2018). Expertise in Professional Overwatch Play. *International Journal of Gaming and Computer-Mediated Simulations (IJGCMS), 10*(1), 1-22.
- Faust, K., Meyer, J., & Griffiths, M. D. (2013). Competitive and Professional Gaming: Discussing Potential Benefits of Scientific Study. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning, 3*(1), 67-77.
- Fazekas, Z. (2019). *Videojáték-függőség, illetve a videojáték mint a szerencsejáték újabb színtere* (OPAI-ADDIKT Ed.). Budapest: DigiNyomda.
- Fuster, H., Chamarro, A., Carbonell, X., & Vallerand, R. J. (2014). Relationship between passion and motivation for gaming in players of massively multiplayer online role-playing games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 17*(5), 292-297.

- Fuster, H., Oberst, U., Griffiths, M., Carbonell, X., Chamarro, A., & Talarn, A. (2012). Psychological motivation in online role-playing games: A study of Spanish World of Warcraft players. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 28(1), 274-280.
- García-Lanzo, S., & Chamarro, A. (2018). Basic psychological needs, passion and motivations in amateur and semi-professional eSports players. *Aloma: revista de psicologia, ciències de l'educació i de l'esport Blanquerna*, 36(2), 59-68.
- Gentile, D. A. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: A national study. *Psychological Science*, 20(5), 594-602.
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics*, peds. 2010-1353.
- Gerber, H. R., Sweeney, K., & Pasquini, E. (2019). Using API Data to Understand Learning in League of Legends: A Mixed Methods Study. *Educational Media International*, 56(2), 93-115.
- Ghuman, D., & Griffiths, M. (2012). A cross-genre study of online gaming: Player demographics, motivation for play, and social interactions among players. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning (IJCPL)*, 2(1), 13-29.
- Glaser, B., & Strauss, A. (1967). Grounded theory: The discovery of grounded theory. *Sociology*, 12, 27-49.
- Gong, D., Ma, W., Liu, T., Yan, Y., & Yao, D. (2019). Electronic-sports experience related to functional enhancement in central executive and default mode areas. *Neural plasticity*, 2019.
- Gray, P. B., Vuong, J., Zava, D. T., & McHale, T. S. (2018). Testing men's hormone responses to playing League of Legends: No changes in testosterone, cortisol, DHEA or androstenedione but decreases in aldosterone. *Computers in Human Behavior*, 83, 230-234.
- Greenberg, B. S., Sherry, J., Lachlan, K., Lucas, K., & Holmstrom, A. (2010). Orientations to video games among gender and age groups. *Simulation & Gaming*, 41(2), 238-259.
- Griffiths, M. D. (2005a). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197.

- Griffiths, M. D. (2005b). Relationship between gambling and video-game playing: a response to Johansson and Gotestam. *Psychological reports*, 96(3), 644-646.
- Griffiths, M. D. (2008). Diagnosis and management of video game addiction. *New directions in addiction treatment and prevention*(12), 27-41.
- Griffiths, M. D. (2010a). Online video gaming: what should educational psychologists know? *Educational Psychology in Practice*, 26(1), 35-40.
- Griffiths, M. D. (2010b). The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8(1), 119-125.
- Griffiths, M. D. (2017). The psychosocial impact of professional gambling, professional video gaming & eSports. *Casino & Gaming International*, 28, 59-63.
- Griffiths, M. D., Király, O., Pontes, H. M., & Demetrovics, Z. (2015). An overview of problematic gaming. *Mental health in the digital age: Grave dangers, great promise*, 27-45.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Lopez-Fernandez, O., & Pontes, H. M. (2017). Problematic gaming exists and is an example of disordered gaming: commentary on: Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder proposal (Aarseth et al.). *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3), 296-301.
- Griffiths, M. D., & Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 247-253.
- Guttman, A. (2004). *From ritual to record: The nature of modern sports*. New York: Columbia University Press.
- Haagsma, M. C., Pieterse, M. E., & Peters, O. (2012). The prevalence of problematic video gamers in the Netherlands. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(3), 162-168.
- Hagström, D., & Kaldö, V. (2014). Escapism among players of MMORPGs—conceptual clarification, its relation to mental health factors, and development of a new measure. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(1), 19-25.
- Hallmann, K., & Giel, T. (2018). eSports—Competitive sports or recreational activity? *Sport Management Review*, 21, 14-20.

- Hamari, J., & Sjöblom, M. (2017). What is eSports and why do people watch it? *Internet research*, 27(2), 211-232.
- Han, D. H., Lee, Y. S., Na, C., Ahn, J. Y., Chung, U. S., Daniels, M. A., . . . Renshaw, P. F. (2009). The effect of methylphenidate on Internet video game play in children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 50(3), 251-256.
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*: Guilford Publications.
- Hemphill, D. (2005). Cybersport. *Journal of the Philosophy of Sport*, 32(2), 195-207.
- Hewitt, E. (2014). Will eSports ever become widely accepted as official sports and how will they affect the way we entertain ourselves if they do. In J. Sharpe & R. Self (Eds.), *Computers for Everyone* (1 ed., pp. 81-83).
- Hilvert-Bruce, Z., Neill, J. T., Sjoblom, M., & Hamari, J. (2018). Social motivations of live-streaming viewer engagement on Twitch. *Computers in Human Behavior*, 84, 58-67. doi: 10.1016/j.chb.2018.02.013
- Hilvoorde, I. v., & Pot, N. (2016). Embodiment and fundamental motor skills in eSports. *Sport, Ethics and Philosophy*, 10(1), 14-27. doi: 10.1080/17511321.2016.1159246
- Himmelstein, D., Liu, Y., & Shapiro, J. L. (2017). An exploration of mental skills among competitive League of Legend players. *International Journal of Gaming and Computer-Mediated Simulations*, 9(2), 1-21.
- Hing, N., Russell, A. M., Gainsbury, S. M., & Blaszczynski, A. (2016). A case of mistaken identity? A comparison of professional and amateur problem gamblers. *Journal of Gambling Studies*, 32(1), 277-289.
- Huang, X.-q., Li, M.-c., & Tao, R. (2010). Treatment of internet addiction. *Current psychiatry reports*, 12(5), 462-470.
- Huizinga, J. (1990). Homo ludens (Kísérlet a kultúra játék-elméletének meghatározására), ford. Máthé Klára, *Universum Kiadó, Szeged*.
- Hutcheson, G. D., & Sofroniou, N. (1999). *The multivariate social scientist: Introductory statistics using generalized linear models*. London: Sage Publications Ltd.
- IBM Corporation. (2013). IBM SPSS Statistics for Windows, Version 22.0. Armonk, NY: IBM Corp.

- International e-Sports Federation. (2020). Member Nations. from <https://iesf.org/about/members>
- Irwin, S. V., & Naweed, A. (2020). BM'ing, Throwing, Bug Exploiting, and Other Forms of (Un) Sportsmanlike Behavior in CS: GO Esports. *Games and Culture, 15*(4), 411-433.
- Jäger, S., Müller, K. W., Ruckes, C., Wittig, T., Batra, A., Musalek, M., . . . Beutel, M. E. (2012). Effects of a manualized short-term treatment of internet and computer game addiction (STICA): study protocol for a randomized controlled trial. *Trials, 13*(1), 43.
- Jenny, S. E., Manning, R. D., Keiper, M. C., & Olrich, T. W. (2016). Virtual(ly) athletes: Where esports fit within the definition of "sport". *Quest, 69*(1), 1-18.
- Jeong, E. J., & Kim, D. H. (2011). Social activities, self-efficacy, game attitudes, and game addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 14*(4), 213-221.
- Jeong, H., Yim, H. W., Lee, S.-Y., Lee, H. K., Potenza, M. N., Jo, S.-J., & Son, H. J. (2019). Reciprocal relationship between depression and Internet gaming disorder in children: A 12-month follow-up of the iCURE study using cross-lagged path analysis. *Journal of Behavioral Addictions, 8*(4), 725-732.
- Jiow, H. J., Athwal, R. J. S., Chew, L. L., Elias, M. H., Lim, N., Lye, Q. T., . . . Woo, K. (2018). Perceptions of video gaming careers and its implications on parental mediation. *First Monday*.
- Jonasson, K., & Thiborg, J. (2010). Electronic sport and its impact on future sport. *Sport in Society, 13*(2), 287-299.
- Kahn, A. S., Shen, C., Lu, L., Ratan, R. A., Coary, S., Hou, J., . . . Williams, D. (2015). The Trojan player typology: A cross-genre, cross-cultural, behaviorally validated scale of video game play motivations. *Computers in Human Behavior, 49*, 354-361.
- Kardefelt-Winther, D. (2014). The moderating role of psychosocial well-being on the relationship between escapism and excessive online gaming. *Computers in Human Behavior, 38*, 68-74.
- Kardefelt-Winther, D. (2015). A critical account of DSM-5 criteria for internet gaming disorder. *Addiction Research & Theory, 23*(2), 93-98.

- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. *The public opinion quarterly*, 37(4), 509-523.
- Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European psychiatry*, 23(3), 212-218.
- Kim, N. R., Hwang, S. S. H., Choi, J. S., Kim, D. J., Demetrovics, Z., Király, O., . . . Youn, H. C. (2016). Characteristics and psychiatric symptoms of internet gaming disorder among adults using self-reported DSM-5 criteria. *Psychiatry Investigation*, 13(1), 58-66.
- Kim, S. H., & Thomas, M. K. (2015). A stage theory model of professional video game players in South Korea: The socio-cultural dimensions of the development of expertise. *Asian Journal of Information Technology*, 14(5), 176-186.
- Kim, Y., & Ross, S. D. (2006). An exploration of motives in sport video gaming. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 8(1), 28-40. doi: 10.1108/IJSMS-08-01-2006-B006
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2013). Video-gaming disorder and the DSM-5: Some further thoughts. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 47(9), 875-876.
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2014). Internet gaming disorder treatment: a review of definitions of diagnosis and treatment outcome. *Journal of Clinical Psychology*, 70(10), 942-955.
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2016). The cognitive psychopathology of internet gaming disorder in adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 44(8), 1635-1645.
- King, D. L., Delfabbro, P. H., & Griffiths, M. D. (2010a). Cognitive behavioral therapy for problematic video game players: Conceptual considerations and practice issues. *Journal of CyberTherapy & Rehabilitation (JCR)*, 3(3).
- King, D. L., Delfabbro, P. H., & Griffiths, M. D. (2010b). Video game structural characteristics: A new psychological taxonomy. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8(1), 90-106.
- King, D. L., Delfabbro, P. H., & Griffiths, M. D. (2012). Clinical interventions for technology-based problems: Excessive Internet and video game use. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 26(1), 43-56.

- King, D. L., Delfabbro, P. H., Perales, J. C., Deleuze, J., Király, O., Krossbakken, E., & Billieux, J. (2019). Maladaptive player-game relationships in problematic gaming and gaming disorder: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 101777.
- King, D. L., Gainsbury, S. M., Delfabbro, P. H., Hing, N., & Abarbanel, B. (2015). Distinguishing between gaming and gambling activities in addiction research. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 215-220.
- King, D. L., Haagsma, M. C., Delfabbro, P. H., Gradisar, M., & Griffiths, M. D. (2013). Toward a consensus definition of pathological video-gaming: A systematic review of psychometric assessment tools. *Clinical Psychology Review*, 33(3), 331-342.
- Király, O., Bőthe, B., Ramos-Diaz, J., Rahimi-Movaghar, A., Lukavska, K., Hrabec, O., . . . Nuyens, F. (2019). Ten-Item Internet Gaming Disorder Test (IGDT-10): Measurement invariance and cross-cultural validation across seven language-based samples. *Psychology of Addictive Behaviors*, 33(1), 91.
- Király, O., & Demetrovics, Z. (2017). Inclusion of gaming disorder in ICD has more advantages than disadvantages: Commentary on: Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 gaming disorder proposal (Aarseth et al.). *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3), 280-284.
- Király, O., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2015). Internet gaming disorder and the DSM-5: Conceptualization, debates, and controversies. *Current Addiction Reports*, 2(3), 254-262.
- Király, O., Griffiths, M. D., King, D. L., Lee, H.-K., Lee, S.-Y., Banyai, F., . . . Demetrovics, Z. (2018). Policy responses to problematic video game use: A systematic review of current measures and future possibilities. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), 503-517.
- Király, O., Griffiths, M. D., Urbán, R., Farkas, J., Kökönyei, G., Elekes, Z., . . . Demetrovics, Z. (2014). Problematic Internet use and problematic online gaming are not the same: Findings from a large nationally representative adolescent sample. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(12), 749-754.
- Király, O., Lajtai, L., Banyai, F., Zsila, Á., Magi, A., Túri, A., . . . Demetrovics, Z. (2018, 23-25 April). *Preliminary findings of clinical interviews with gamers scoring high on*

- problematic gaming tests*. Paper presented at the 5th International Conference on Behavioral Addictions, Cologne, Germany.
- Király, O., Nagygyörgy, K., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2014). Problematic online gaming *Behavioral addictions* (pp. 61-97): Elsevier.
- Király, O., Nagygyörgy, K., Koronczai, B., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2015). Assessment of problematic internet use and online video gaming. In E. Aboujaoude & V. Starcevic (Eds.), *Mental health in the digital age: Grave dangers, great promise* (pp. 46-68). New York: Oxford University Press.
- Király, O., Slecza, P., Pontes, H. M., Urbán, R., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2017). Validation of the ten-item internet gaming disorder test (IGDT-10) and evaluation of the nine DSM-5 internet gaming disorder criteria. *Addictive Behaviors, 64*, 253-260.
- Király, O., Tóth, D., Urbán, R., Demetrovics, Z., & Maraz, A. (2017). Intense video gaming is not essentially problematic. *Psychology of Addictive Behaviors, 31*(7), 807.
- Király, O., Urbán, R., Griffiths, M. D., Ágoston, C., Nagygyörgy, K., Kökönyei, G., & Demetrovics, Z. (2015). The mediating effect of gaming motivation between psychiatric symptoms and problematic online gaming: An online survey. *Journal of Medical Internet Research, 17*(4), e88.
- Kircaburun, K., Demetrovics, Z., Griffiths, M. D., Király, O., Kun, B., & Tosuntaş, Ş. B. (2019). Trait emotional intelligence and internet gaming disorder among gamers: The mediating role of online gaming motives and moderating role of age groups. *International Journal of Mental Health and Addiction, 1-12*.
- Kirkegaard, E. O. W. (2018). Is national mental sport ability a sign of intelligence? An analysis of the top players of 12 mental sports.
- Kitazawa, M., Yoshimura, M., Murata, M., Sato-Fujimoto, Y., Hitokoto, H., Mimura, M., . . . Kishimoto, T. (2018). Associations between problematic Internet use and psychiatric symptoms among university students in Japan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences, 72*(7), 531-539.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Kneer, J., & Rieger, D. (2015). Problematic game play: The diagnostic value of playing motives, passion, and playing time in men. *Behavioral Sciences, 5*(2), 203-213.

- Kneer, J., Rieger, D., Ivory, J. D., & Ferguson, C. (2014). Awareness of risk factors for digital game addiction: interviewing players and counselors. *International Journal of Mental Health and Addiction, 12*(5), 585-599.
- Ko, C.-H., Yen, J.-Y., Chen, C.-C., Chen, S.-H., & Yen, C.-F. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *The Journal of nervous and mental disease, 193*(4), 273-277.
- Ko, C.-H., Yen, J.-Y., Chen, S.-H., Wang, P.-W., Chen, C.-S., & Yen, C.-F. (2014). Evaluation of the diagnostic criteria of Internet gaming disorder in the DSM-5 among young adults in Taiwan. *Journal of Psychiatric Research, 53*, 103-110.
- Kököneyi, G., Kocsel, N., Király, O., Griffiths, M. D., Galambos, A., Magi, A., . . . Demetrovics, Z. (2019). The role of cognitive emotion regulation strategies in problem gaming among adolescents: A nationally representative survey study. *Frontiers in Psychiatry, 10*, 273.
- Kow, Y. M. (2018). Digital Introspection Within Learning-on-my-Own Rhetoric Among Computer Gamers. *Mind, Culture, and Activity, 25*(1), 40-52.
- Krkovic, K., Clamor, A., & Lincoln, T. M. (2018). Emotion regulation as a predictor of the endocrine, autonomic, affective, and symptomatic stress response and recovery. *Psychoneuroendocrinology, 94*, 112-120.
- Kuntsche, E., Knibbe, R., Engels, R., & Gmel, G. (2007). Drinking motives as mediators of the link between alcohol expectancies and alcohol use among adolescents. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs, 68*(1), 76-85.
- Kuss, D. J., Dunn, T. J., Wölfling, K., Müller, K. W., Hędzerek, M., & Marcinkowski, J. (2017). Excessive Internet use and psychopathology: The role of coping. *Clinical Neuropsychiatry: Journal of Treatment Evaluation, 14*(1), 73-81.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction, 10*(2), 278-296.
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Pontes, H. M. (2017a). Chaos and confusion in DSM-5 diagnosis of Internet Gaming Disorder: Issues, concerns, and recommendations for clarity in the field. *Journal of Behavioral Addictions, 6*(2), 103-109.

- Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Pontes, H. M. (2017b). DSM-5 diagnosis of internet gaming disorder: Some ways forward in overcoming issues and concerns in the gaming studies field: Response to the commentaries. *Journal of Behavioral Addictions, 6*(2), 133-141.
- Kuss, D. J., Louws, J., & Wiers, R. W. (2012). Online gaming addiction? Motives predict addictive play behavior in massively multiplayer online role-playing games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 15*(9), 480-485.
- Kuss, D. J., Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2018). Neurobiological correlates in internet gaming disorder: A systematic literature review. *Frontiers in Psychiatry, 9*, 166.
- Kuss, D. J., Shorter, G. W., van Rooij, A. J., Griffiths, M. D., & Schoenmakers, T. M. (2014). Assessing internet addiction using the parsimonious internet addiction components model—a preliminary study. *International Journal of Mental Health and Addiction, 12*(3), 351-366.
- Kwon, J.-H., Chung, C.-S., & Lee, J. (2011). The effects of escape from self and interpersonal relationship on the pathological use of Internet games. *Community Mental Health Journal, 47*(1), 113-121.
- Lafrenière, M.-A. K., Verner-Filion, J., & Vallerand, R. J. (2012). Development and validation of the Gaming Motivation Scale (GAMS). *Personality and Individual Differences, 53*(7), 827-831.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*: Springer publishing company.
- Lee, D., Cheon, W., Judge, L., Shin, H., & Kim, K. (2012). Motives and marketing stimuli affecting esports consumption: Cross-cultural perspectives. *International Journal of Sport Management, 13*(2), 203-223.
- Lee, D., & Schoenstedt, L. J. (2011a). Comparison of eSports and traditional sports consumption motives. *The ICHPER-SD Journal of Research in Health, Physical Education, Recreation, Sport & Dance, 6*(2), 39.
- Lee, D., & Schoenstedt, L. J. (2011b). Comparison of eSports and traditional sports consumption motives. *The ICHPER-SD Journal of Research in Health, Physical Education, Recreation, Sport & Dance, 6*(2), 39-44.

- Lee, J., Lee, M., & Choi, I. H. (2012). Social network games uncovered: Motivations and their attitudinal and behavioral outcomes. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(12), 643-648.
- Lee, J. Y., An, J. W., & Lee, S. W. (2014). Factors affecting eSports audience satisfaction-The case of League of Legends. *Journal of Korea Game Society*, 14(3), 35-46.
- Lee, S. W., An, J. W., & Lee, J. Y. (2014, February). *The relationship between e-sports viewing motives and satisfaction: The case of League of Legends*. Paper presented at the International Conference on Business, Management & Corporate Social Responsibility (ICBMCSR'14), Batam, Indonesia.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Gentile, D. A. (2015). The Internet Gaming Disorder Scale. *Psychological assessment*, 27(2), 567.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media psychology*, 12(1), 77-95.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 144-152.
- Lemos, I. L., Abreu, C. N. d., & Sougey, E. B. (2014). Internet and video game addictions: a cognitive behavioral approach. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 41(3), 82-88.
- Li, H., Zou, Y., Wang, J., & Yang, X. (2016). Role of stressful life events, avoidant coping styles, and neuroticism in online game addiction among college students: a moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 7, 1794.
- Liau, A. K., Choo, H., Li, D., Gentile, D. A., Sim, T., & Khoo, A. (2015). Pathological video-gaming among youth: a prospective study examining dynamic protective factors. *Addiction Research & Theory*, 23(4), 301-308.
- Lin, J., & Chen, Q. (1995). ACADEMIC PRESSURE AND IMPACT ON STUDENTS'DEVELOPMENT IN CHINA. *McGill Journal of Education/Revue des sciences de l'éducation de McGill*, 30(002).
- Lo, S.-K., Wang, C.-C., & Fang, W. (2005). Physical interpersonal relationships and social anxiety among online game players. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 15-20.

- LoL Epic Shop. (2020). How many people play League of Legends right now? Retrieved 05.22., 2020, from <https://lolepicshop.com/how-many-people-play-lol/>
- Lopez-Gonzalez, H., & Griffiths, M. D. (2016). Understanding the convergence of markets in online sports betting. *International Review for the Sociology of Sport*, *53*, 807-823.
- Ma, H., Wu, Y., & Wu, X. (2013). Research on essential difference of E-Sport and online game. In W. Du (Ed.), *Informatics and management science V* (pp. 615-621). London: Springer London.
- Macey, J., & Hamari, J. (2018). Investigating relationships between video gaming, spectating esports, and gambling. *Computers in Human Behavior*, *80*, 344-353. doi: 10.1016/j.chb.2017.11.027
- Männikkö, N., Billieux, J., & Kääriäinen, M. (2015). Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological, social and physical health of Finnish adolescents and young adults. *Journal of Behavioral Addictions*, *4*(4), 281-288.
- Maraz, A., Király, O., & Demetrovics, Z. (2015). Commentary on: Are we overpathologizing everyday life? A tenable blueprint for behavioral addiction research: The diagnostic pitfalls of surveys: If you score positive on a test of addiction, you still have a good chance not to be addicted. *Journal of Behavioral Addictions*, *4*(3), 151-154.
- Martončík, M. (2015). e-Sports: Playing just for fun or playing to satisfy life goals? *Computers in Human Behavior*, *48*, 208-211.
- Mason, A. E., Boden, M. T., & Cucciare, M. A. (2014). Prospective associations among approach coping, alcohol misuse and psychiatric symptoms among veterans receiving a brief alcohol intervention. *Journal of Substance Abuse Treatment*, *46*(5), 553-560.
- Matsui, A., Sapienza, A., & Ferrara, E. (2020). Does Streaming Esports Affect Players' Behavior and Performance? *Games and Culture*, *15*(1), 9-31.
- Mäyrä, F. (2008). *An introduction to game studies*. London: Sage Publications Ltd.
- McCormack, A., & Griffiths, M. D. (2012). What differentiates professional poker players from recreational poker players? A qualitative interview study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *10*(2), 243-257.
- McGonigal, J. (2011). *Reality is broken: Why games make us better and how they can change the world*. New York: The Penguin Press.

- McNicol, M. L., & Thorsteinsson, E. B. (2017). Internet addiction, psychological distress, and coping responses among adolescents and adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 20*(5), 296-304.
- Mehroof, M., & Griffiths, M. D. (2010). Online gaming addiction: the role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 13*(3), 313-316.
- Mentzoni, R. A., Brunborg, G. S., Molde, H., Myrseth, H., Skouverøe, K. J. M., Hetland, J., & Pallesen, S. (2011). Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 14*(10), 591-596.
- Mérei, F., & V. Binét, Á. (1985). *Gyermeklélektan*. Budapest: Gondolat Kiadó.
- Milani, L., La Torre, G., Fiore, M., Grumi, S., Gentile, D. A., Ferrante, M., . . . Di Blasio, P. (2018). Internet gaming addiction in adolescence: risk factors and maladjustment correlates. *International Journal of Mental Health and Addiction, 16*(4), 888-904.
- Millar, S. (1973). *Játékpszichológia*. Budapest: Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó.
- Mora-Cantalops, M., & Sicilia, M.-Á. (2018). Exploring player experience in ranked League of Legends. *Behaviour & Information Technology, 37*(12), 1224-1236.
- Mora-Cantalops, M., & Sicilia, M.-Á. (2019). Team efficiency and network structure: The case of professional League of Legends. *Social Networks, 58*, 105-115.
- Müller, K. W., Beutel, M. E., Dreier, M., & Wölfling, K. (2019). A clinical evaluation of the DSM-5 criteria for Internet Gaming Disorder and a pilot study on their applicability to further Internet-related disorders. *Journal of Behavioral Addictions, 8*(1), 16-24.
- Müller, K. W., Janikian, M., Dreier, M., Wölfling, K., Beutel, M., Tzavara, C., . . . Tsitsika, A. (2015). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. *European Child & Adolescent Psychiatry, 24*(5), 565-574.
- Muthén, L. K., & Muthén, B. O. (2012). *Mplus User's Guide* (7th edn). Los Angeles, CA: Muthén and Muthén.
- Nagygyörgy, K., Mihalik, Á., & Demetrovics, Z. (2012). Az online játékok pszichológiai vonatkozásai [Psychological aspects of online games] *A média hatása a gyermekekre*

és fiatalokra (pp. 242-248). Budapest: Nemzetközi Gyermekmentő Szolgálat Magyar Egyesülete

- Newzoo. (2017). 2017 Global esports market report. from https://asociacionempresarialesports.es/wp-content/uploads/newzoo_free_2017_global_esports_market_report.pdf
- Newzoo. (2019). Global esports market report. from <https://newzoo.com/insights/trend-reports/newzoo-global-esports-market-report-2019-light-version/>
- Ng, B. D., & Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the internet and online gaming. *CyberPsychology & Behavior*, 8(2), 110-113.
- Nielsen, R. K. L., & Karhulahti, V.-M. (2017). *The problematic coexistence of internet gaming disorder and esports*. Paper presented at the Proceedings of the 12th International Conference on the Foundations of Digital Games, New York: ACM.
- Pápay, O., Urbán, R., Griffiths, M. D., Nagygyörgy, K., Farkas, J., Kökönyei, G., . . . Demetrovics, Z. (2013). Psychometric properties of the problematic online gaming questionnaire short-form and prevalence of problematic online gaming in a national sample of adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(5), 340-348.
- Parshakov, P., & Zavertiaeva, M. (2018). Determinants of performance in eSports: A country-level analysis. *International Journal of Sport Finance*, 13(1), 34-51.
- Paulus, F. W., Ohmann, S., von Gontard, A., & Popow, C. (2018). Internet gaming disorder in children and adolescents: a systematic review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 60(7), 645-659.
- Peng, W., & Liu, M. (2010). Online gaming dependency: a preliminary study in China. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(3), 329-333.
- Peter, S. C., Li, Q., Pfund, R. A., Whelan, J. P., & Meyers, A. W. (2019). Public stigma across addictive behaviors: Casino gambling, Esports gambling, and internet gaming. *Journal of Gambling Studies*, 35(1), 247-259.
- Phillips, C. A., Rolls, S., Rouse, A., & Griffiths, M. D. (1995). Home video game playing in schoolchildren: A study of incidence and patterns of play. *Journal of Adolescence*, 18(6), 687-691.

- Piaget, J. (1978). *Szimbólumképzés a gyermekkorban: utánczás, játék és álom; a kép és ábrázolása*: Gondolat.
- Pies, R. (2009). Should DSM-V designate "Internet addiction" a mental disorder? *Psychiatry (Edgmont)*, 6(2), 31.
- Pintér, R. (2018). A gamer bennük van-Az eNET Internetkutató, az Esportmilla és az Esport I közös magyar videojátékos és e-sport kutatásának főbb eredményei. *Információs Társadalom: Társadalomtudományi Folyóirat*, 18(1), 107-119.
- Pizzo, A. D., Na, S., Baker, B. J., Lee, M. A., Kim, D., & Funk, D. C. (2018). eSport vs. Sport: A Comparison of Spectator Motives. *Sport Marketing Quarterly*, 27(2).
- Pöhlmann, K., & Brunstein, J. C. (1997). GOALS: Ein Fragebogen zur Messung von Lebenszielen. *Diagnostica*, 43(1), 103 - 119.
- Pontes, H. M., Macur, M., & Griffiths, M. D. (2016). Internet Gaming Disorder among Slovenian primary schoolchildren: Findings from a nationally representative sample of adolescents. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(2), 304-310.
- Przybylski, A. K., Rigby, C. S., & Ryan, R. M. (2010). A motivational model of video game engagement. *Review of general psychology*, 14(2), 154-166.
- Qian, T. Y., Wang, J. J., Zhang, J. J., & Lu, L. Z. (2019). It is in the game: dimensions of esports online spectator motivation and development of a scale. *European Sport Management Quarterly*, 1-22.
- Qian, T. Y., Zhang, J. J., Wang, J. J., & Hulland, J. (2019). Beyond the game: Dimensions of esports online spectator demand. *Communication & Sport*, 2167479519839436.
- Quantic Foundry. (2020). The science of gamer motivation. Retrieved 05.22., 2020, from <https://quanticfoundry.com/>
- Recher, J., & Griffiths, M. D. (2012). An exploratory qualitative study of online poker professional players. *Social Psychological Review*, 14(2), 13-25.
- Rehbein, F., & Baier, D. (2013). Family-, media-, and school-related risk factors of video game addiction. *Journal of Media Psychology*.
- Rehbein, F., Kliem, S., Baier, D., Mößle, T., & Petry, N. M. (2015). Prevalence of internet gaming disorder in German adolescents: Diagnostic contribution of the nine DSM-5 criteria in a state-wide representative sample. *Addiction*, 110(5), 842-851.

- Rehbein, F., & Mößle, T. (2016). Video game and Internet addiction: is there a need for differentiation? *Journal of Media Psychology*. doi: <https://doi.org/10.1027/1864-1105/a000177>
- Rehbein, F., Psych, G., Kleimann, M., Mediasci, G., & Mößle, T. (2010). Prevalence and risk factors of video game dependency in adolescence: results of a German nationwide survey. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *13*(3), 269-277.
- Rosenkranz, T., Müller, K. W., Dreier, M., Beutel, M. E., & Wölfling, K. (2017). Addictive potential of internet applications and differential correlates of problematic use in internet gamers versus generalized internet users in a representative sample of adolescents. *European Addiction Research*, *23*(3), 148-156.
- Rothmund, T., Klimmt, C., & Gollwitzer, M. (2018). Low temporal stability of excessive video game use in German adolescents. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, *30*(2), 53.
- Rumpf, H.-J., Achab, S., Billieux, J., Bowden-Jones, H., Carragher, N., Demetrovics, Z., . . . Potenza, M. (2018). Including gaming disorder in the ICD-11: The need to do so from a clinical and public health perspective: Commentary on: A weak scientific basis for gaming disorder: Let us err on the side of caution (van Rooij et al., 2018). *Journal of Behavioral Addictions*, *7*(3), 556-561.
- Ruvalcaba, O., Shulze, J., Kim, A., Berzenski, S. R., & Otten, M. P. (2018). Women's experiences in esports: Gendered differences in peer and spectator feedback during competitive video game play. *Journal of Sport and Social Issues*, *42*(4), 295-311.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, *25*(1), 54-67.
- Ryan, R. M., Rigby, C. S., & Przybylski, A. (2006). The motivational pull of video games: A self-determination theory approach. *Motivation and Emotion*, *30*(4), 344-360.
- Saunders, J. B., Hao, W., Long, J., King, D. L., Mann, K., Fauth-Bühler, M., . . . Chung, T. (2017). Gaming disorder: Its delineation as an important condition for diagnosis, management, and prevention. *Journal of Behavioral Addictions*, *6*(3), 271-279.

- Schelfhout, S., Bowers, M. T., & Hao, Y. A. (2019). Balancing Gender Identity and Gamer Identity: Gender Issues Faced by Wang 'BaiZe'Xinyu at the 2017 Hearthstone Summer Championship. *Games and Culture*, 1555412019866348.
- Schneider, L. A., King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2018). Maladaptive coping styles in adolescents with Internet gaming disorder symptoms. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(4), 905-916.
- Seo, Y. (2016). Professionalized consumption and identity transformations in the field of eSports. *Journal of Business Research*, 69(1), 264-272.
- Seo, Y., & Jung, S.-U. (2016). Beyond solitary play in computer games: The social practices of eSports. *Journal of Consumer Culture*, 16(3), 635-655.
- Shaffer, H. J., Hall, M. N., & Bilt, J. V. (2000). "Computer addiction": a critical consideration. *American journal of Orthopsychiatry*, 70(2), 162-168.
- Shahar, B., & Herr, N. R. (2011). Depressive symptoms predict inflexibly high levels of experiential avoidance in response to daily negative affect: A daily diary study. *Behaviour Research and Therapy*, 49(10), 676-681.
- Sharma, M. K., Anand, N., & Mathew, V. (2018). Case report on implication of E-sport for changing platform of expression of bullying. *Asian journal of psychiatry*, 34, 16-17.
- Sherry, J. L., Lucas, K., Greenberg, B. S., & Lachlan, K. (2006). Video game uses and gratifications as predictors of use and game preference. In P. Vorderer & J. Bryant (Eds.), *Playing video games: Motives, responses, and consequences* (pp. 213-224): Lawrence Erlbaum Associates.
- Smohai, M., Urbán, R., Griffiths, M. D., Király, O., Mirnics, Z., Vargha, A., & Demetrovics, Z. (2017). Online and offline video game use in adolescents: measurement invariance and problem severity. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 43(1), 111-116.
- Son, D. T., Yasuoka, J., Poudel, K. C., Otsuka, K., & Jimba, M. (2013). Massively multiplayer online role-playing games (MMORPG): association between its addiction, self-control and mental disorders among young people in Vietnam. *International Journal of Social Psychiatry*, 59(6), 570-577.
- Starcevic, V. (2016). Tolerance and withdrawal symptoms may not be helpful to enhance understanding of behavioural addictions. *Addiction*, 111(7), 1307-1308.

- Starcevic, V., & Khazaal, Y. (2017). Relationships between behavioural addictions and psychiatric disorders: what is known and what is yet to be learned? *Frontiers in Psychiatry*, 8, 53.
- Statista. (2020). Number of registered users of Fortnite worldwide from August 2017 to May 2020. Retrieved 05.22., 2020, from <https://www.statista.com/statistics/746230/fortnite-players/>
- Stebbins, R. A. (1982). Serious leisure: A conceptual statement. *Pacific sociological review*, 25(2), 251-272.
- Suits, B. (2007). The elements of sport. *Ethics in Sport*, 2, 9-19.
- Szabo, A., Griffiths, M. D., Marcos, R. d. L. V., Mervó, B., & Demetrovics, Z. (2015). Focus: addiction: methodological and conceptual limitations in exercise addiction research. *The Yale journal of biology and medicine*, 88(3), 303.
- Takamatsu, S. K., Martens, M. P., & Arterberry, B. J. (2016). Depressive symptoms and gambling behavior: Mediating role of coping motivation and gambling refusal self-efficacy. *Journal of Gambling Studies*, 32(2), 535-546.
- Tartar, J. L., Kalman, D., & Hewlings, S. (2019). A Prospective Study Evaluating the Effects of a Nutritional Supplement Intervention on Cognition, Mood States, and Mental Performance in Video Gamers. *Nutrients*, 11(10), 2326.
- Taylor, T. (2012). *Raising the stakes: E-sports and the professionalization of computer gaming*. Cambridge: MIT Press.
- Thege, B. K., Woodin, E. M., Hodgins, D. C., & Williams, R. J. (2015). Natural course of behavioral addictions: A 5-year longitudinal study. *BMC Psychiatry*, 15(1), 4.
- TheStreet. (2019). How Much Do eSports Players Make? , from <https://www.thestreet.com/personal-finance/how-much-do-esports-players-make-15126931>
- Thompson, C. J. (1997). Interpreting consumers: a hermeneutical framework for deriving marketing insights from the texts of consumers' consumption stories. *Journal of Marketing Research*, 438-455.
- Thorens, G., Achab, S., Billieux, J., Khazaal, Y., Khan, R., Pivin, E., . . . Zullino, D. (2014). Characteristics and treatment response of self-identified problematic Internet users in

- a behavioral addiction outpatient clinic. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 78-81.
- Troy, A. S., Shallcross, A. J., & Mauss, I. B. (2013). A person-by-situation approach to emotion regulation: Cognitive reappraisal can either help or hurt, depending on the context. *Psychological Science*, 24(12), 2505-2514.
- Urbán, R., Kun, B., Farkas, J., Paksi, B., Kökönyei, G., Unoka, Z., . . . Demetrovics, Z. (2014). Bifactor structural model of symptom checklists: SCL-90-R and Brief Symptom Inventory (BSI) in a non-clinical community sample. *Psychiatry Research*, 216(1), 146-154.
- Vadlin, S., Åslund, C., Hellström, C., & Nilsson, K. W. (2016). Associations between problematic gaming and psychiatric symptoms among adolescents in two samples. *Addictive Behaviors*, 61, 8-15.
- Vallerand, R. J., Blanchard, C., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M., . . . Marsolais, J. (2003). Les passions de l'ame: on obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756.
- van Hilvoorde, I. (2016). Sport and play in a digital world. *Sport, Ethics and Philosophy*, 10(1), 1-4. doi: 10.1080/17511321.2016.1171252
- Van Rooij, A. J., Kuss, D. J., Griffiths, M. D., Shorter, G. W., Schoenmakers, T. M., & Van De Mheen, D. (2014). The (co-) occurrence of problematic video gaming, substance use, and psychosocial problems in adolescents. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(3), 157-165.
- van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., Van den Eijnden, R. J., Vermulst, A. A., & van de Mheen, D. (2012). Video game addiction test: validity and psychometric characteristics. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(9), 507-511.
- Van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., Vermulst, A. A., Van Den Eijnden, R. J., & Van De Mheen, D. (2011). Online video game addiction: identification of addicted adolescent gamers. *Addiction*, 106(1), 205-212.
- Vasquez-Medina, J. A., Pezoa-Jares, R. E., & Espinoza-Luna, I. L. (2012). Internet Addiction: A Review. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 6(2).
- Vigotskij, L. S. (1971). *A magasabb pszichikus funkciók fejlődése*: Gondolat Kiadó.

- Vitaliano, P. P., DeWolfe, D. J., Maiuro, R. D., Russo, J., & Katon, W. (1990). Appraised changeability of a stressor as a modifier of the relationship between coping and depression: A test of the hypothesis of fit. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(3), 582.
- Vorderer, P. (2000). Interactive entertainment and beyond. In D. Zillman & P. Vorderer (Eds.), *Media entertainment: The psychology of its appeal* (pp. 21-36). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Vorderer, P., Hartmann, T., & Klimmt, C. (2003). *Explaining the enjoyment of playing video games: the role of competition*. Paper presented at the Proceedings of the Second International Conference on Entertainment Computing, Pittsburgh, Pennsylvania, USA.
- Wagner, M. G. (2006, June). *On the scientific relevance of esports*. Paper presented at the International Conference on Internet Computing & Conference on Computer Games Development, ICOMP, Las Vegas, Nevada, USA.
- Wai Yen, T., Reer, F., & Thorsten, Q. (2020). The interplay of gaming disorder, gaming motivations, and the dark triad. *Journal of Behavioral Addictions, 1-6*.
- Walther, B., Morgenstern, M., & Hanewinkel, R. (2012). Co-occurrence of addictive behaviours: personality factors related to substance use, gambling and computer gaming. *European Addiction Research, 18*(4), 167-174.
- Watson, B. (2004). Making sense of factor analysis: The use of factory analysis for instrument development in health care research. *Nurse Researcher, 11*(3), 91-93.
- Wei, H.-T., Chen, M.-H., Huang, P.-C., & Bai, Y.-M. (2012). The association between online gaming, social phobia, and depression: an internet survey. *BMC Psychiatry, 12*(1), 92.
- Weinstock, J., Massura, C. E., & Petry, N. M. (2013). Professional and pathological gamblers: Similarities and differences. *Journal of Gambling Studies, 29*(2), 205-216.
- Weiss, T. (2011). Fulfilling the Needs of eSports Consumers: A Uses and Gratifications Perspective. *Proceedings of the 24th Bled eConference "eFuture: Creating Solutions for the Individual, Organisations and Society"*. Bled, Slovenia, June, 12-15.
- Weiss, T., & Schiele, S. (2013). Virtual worlds in competitive contexts: Analyzing eSports consumer needs. *Electronic Markets, 23*(4), 307-316.

- Whalen, S. J. (2013). *Cyberathletes' lived experience of video game tournaments*. (Doctoral dissertation), University of Tennessee, US.
- Witkowski, E. (2009). Probing the sportiness of eSports. In J. Christophers & T. Scholz (Eds.), *eSports yearbook* (pp. 53-56). Norderstedt, Germany: Books on Demand GmbH.
- Witkowski, E. (2012). On the digital playing field: How we “do sport” with networked computer games. *Games and Culture*, 7(5), 349-374.
- Wood, R. T. (2008). Problems with the concept of video game “addiction”: Some case study examples. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 6(2), 169-178.
- Wood, R. T., & Griffiths, M. D. (2007). A qualitative investigation of problem gambling as an escape-based coping strategy. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 80(1), 107-125.
- Wood, R. T., Griffiths, M. D., Chappell, D., & Davies, M. N. (2004). The structural characteristics of video games: A psycho-structural analysis. *CyberPsychology & Behavior*, 7(1), 1-10.
- World Health Organization. (2018). International statistical classification of diseases and related health problems (11th Revision). from <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>
- World Health Organization. (2019). ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics. Retrieved May 27, 2020, from <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>
- World Health Organization. (2020). Connecting the world to combat coronavirus/#HealthyAtHome. Retrieved 05.30., 2020, from <https://www.who.int/news-room/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus/healthyathome>
- Xu, Z., Turel, O., & Yuan, Y. (2012). Online game addiction among adolescents: Motivation and prevention factors. *European Journal of Information Systems*, 21(3), 321-340.
- Yee, N. (2006a). The demographics, motivations, and derived experiences of users of massively multi-user online graphical environments. *Presence: Teleoperators and virtual environments*, 15(3), 309-329.
- Yee, N. (2006b). Motivations for play in online games. *CyberPsychology & Behavior*, 9(6), 772-775.

- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior, 1*(3), 237-244.
- Young, K. S. (1999). Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. *Innovations in clinical practice: A source book, 17*, 19-31.
- Young, K. S. (2009). Internet addiction: diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy, 39*(4), 241-246.
- Young, K. S. (2010). When gaming becomes an obsession: Help for parents and their children to treat online gaming addiction. Retrieved 06.05., 2020
- Zagała, K., & Strzelecki, A. (2019). eSports evolution in football game series. *Physical Culture and Sport. Studies and Research, 83*(1), 50-62.
- Zhou, Y., & Li, Z. (2009). Online game addiction among Chinese college students measurement and attribution. *Annual Review of Cybertherapy and Telemedicine, 7*(1), 149-154.

Mellékletek

1. melléklet: A Brief COPE Skála

Az emberek különbözőképp reagálnak, ha stressz éri őket. Stressz alatt azt értjük, mikor valaki feszültséget él át, valamilyen veszteség éri, konfliktusba kerül. A stresszel sokféleképpen lehet megküzdeni. Ez a kérdőív arra kérdez rá, hogy te általában mit csináltál, és hogyan éreztél, amikor stresszes eseményt éltél át az ELMÚLT EGY ÉVBEN. Természetesen minden helyzet más megoldást kíván, most arra vagyunk kíváncsiak, hogy te mit csináltál, mikor jelentős stressz ért.

Milyen gyakran tetted az alábbiakat?

	Egyáltalán nem (1)	Ritkán (2)	Az esetek felében (3)	Az esetek többségé- ben (4)
Hajlamos voltam a munkába vagy más tevékenységbe menekülni a problémáim elől. (1)	1	2	3	4
Erőfeszítést tettem arra, hogy megoldjam az adott helyzetet. (2)	1	2	3	4
Azt mondogattam magamnak, hogy "ez nem lehet igaz!" (3)	1	2	3	4
Alkoholt vagy drogot használtam, hogy jobban érezzem magam. (4)	1	2	3	4
Érzelmi támogatást kaptam másoktól. (5)	1	2	3	4
Felhagytam azzal, hogy tovább foglalkozzak a problémáival. (6)	1	2	3	4
Lépéseket tettem a probléma megoldása érdekében. (7)	1	2	3	4
Nem akartam elhinni, hogy ez megtörténhetett. (8)	1	2	3	4
Sokat beszéltem a problémáról, hogy elűzzem a kellemetlen érzéseket. (9)	1	2	3	4

Segítséget és tanácsot kaptam másoktól. (10)	1	2	3	4
Alkoholt vagy drogot használtam, hogy átsegítsen a helyzeten. (11)	1	2	3	4
Próbáltam más nézőpontból tekinteni a dologra, hogy pozitívabbnak tűnjön. (12)	1	2	3	4
Magamat kritizáltam. (13)	1	2	3	4
Megpróbáltam stratégiát kidolgozni, hogy mit tegyek. (14)	1	2	3	4
Vigaszra és megértésre leltem valakinél. (15)	1	2	3	4
Feladtam a próbálkozást, hogy megküzdjek a problémáival. (16)	1	2	3	4
Megpróbáltam valami jót találni abban, ami történt. (17)	1	2	3	4
Viccelődtem a problémán. (18)	1	2	3	4
Elfoglaltam magamat valami mással, hogy eltereljem a figyelmemet a problémáról (pl. Moziba mentem, tévéztem, olvastam, álmodoztam, aludtam vagy vásároltam). (19)	1	2	3	4
Beletörődtem, hogy valóban megtörtént. (20)	1	2	3	4
Kiadtam magamból a negatív érzéseimet. (21)	1	2	3	4
A hitemben kerestem vigaszt. (22)	1	2	3	4
Másoktól kértem tanácsot vagy segítséget, hogy mit tegyek. (23)	1	2	3	4
Megtanultam együtt élni a helyzettel. (24)	1	2	3	4
Sokat gondolkodtam azon, hogy milyen lépéseket tegyek. (25)	1	2	3	4
Magamat hibáztattam a történetek miatt. (26)	1	2	3	4
Imádkoztam vagy meditáltam. (27)	1	2	3	4
Viccelődtem a helyzeten. (28)	1	2	3	4

2. melléklet

⁸ADATLAP

a doktori értekezés nyilvánosságra hozatalához

I. A doktori értekezés adatai

A szerző neve: **Bányai Fanni**

MTMT-azonosító: **10050833**

A doktori értekezés címe és alcíme: **A videojátékok professzionális (e-sport) és rekreációs használatának pszichológiai háttere**

DOI-azonosító⁹: **10.15476/ELTE.2020.094.**

A doktori iskola neve: **Pszichológiai Doktori Iskola**

A doktori iskolán belüli doktori program neve: **Klinikai Pszichológia és Addiktológia Program**

A témavezető neve és tudományos fokozata: **Prof. Dr. Demetrovics Zsolt, DSc és Dr. Király Orsolya, PhD**

A témavezető munkahelye: **Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pedagógiai és Pszichológiai Kar**

II. Nyilatkozatok

1. A doktori értekezés szerzőjeként¹⁰

a) hozzájárok, hogy a doktori fokozat megszerzését követően a doktori értekezésem és a tézisek nyilvánosságra kerüljenek az ELTE Digitális Intézményi Tudástárban. Felhatalmazom a **Pszichológiai Doktori Iskola** hivatalának ügyintézőjét **Barna Ildikót**, hogy az értekezést és a téziseket feltöltse az ELTE Digitális Intézményi Tudástárba, és ennek során kitöltse a feltöltéshez szükséges nyilatkozatokat.

b) kérem, hogy a mellékelt kérelemben részletezett szabadalmi, illetőleg oltalmi bejelentés közzétételéig a doktori értekezést ne bocsássák nyilvánosságra az Egyetemi Könyvtárban és az ELTE Digitális Intézményi Tudástárban;¹¹

c) kérem, hogy a nemzetbiztonsági okból minősített adatot tartalmazó doktori értekezést a minősítés (dátum)-ig tartó időtartama alatt ne bocsássák nyilvánosságra az Egyetemi Könyvtárban és az ELTE Digitális Intézményi Tudástárban;¹²

d) kérem, hogy a mű kiadására vonatkozó mellékelt kiadó szerződésre tekintettel a doktori értekezést a könyv megjelenéséig ne bocsássák nyilvánosságra az Egyetemi Könyvtárban, és az ELTE Digitális Intézményi Tudástárban csak a könyv bibliográfiai adatait tegyék közzé. Ha a könyv a fokozatszerzést követően egy évig nem jelenik meg, hozzájárlok, hogy a doktori értekezésem és a tézisek nyilvánosságra kerüljenek az Egyetemi Könyvtárban és az ELTE Digitális Intézményi Tudástárban.¹³

2. A doktori értekezés szerzőjeként kijelentem, hogy

a) az ELTE Digitális Intézményi Tudástárba feltöltendő doktori értekezés és a tézisek saját eredeti, önálló szellemi munkám és legjobb tudásom szerint nem sértem vele senki szerzői jogait;

b) a doktori értekezés és a tézisek nyomtatott változatai és az elektronikus adathordozón benyújtott tartalmak (szöveg és ábrák) mindenben megegyeznek.

3. A doktori értekezés szerzőjeként hozzájárlok a doktori értekezés és a tézisek szövegének plágiumkereső adatbázisba helyezéséhez és plágiumellenőrző vizsgálatok lefuttatásához.

Kelt:

a doktori értekezés szerzőjének aláírása

⁸ Beiktatta az Egyetemi Doktori Szabályzat módosításáról szóló CXXXIX/2014. (VI. 30.) Szen. sz. határozat. Hatályos: 2014. VII.1. napjától.

⁹ A kari hivatal ügyintézője tölti ki.

¹⁰ A megfelelő szöveg aláhúzendő.

¹¹ A doktori értekezés benyújtásával egyidejűleg be kell adni a tudományági doktori tanácshoz a szabadalmi, illetőleg oltalmi bejelentést tanúsító okiratot és a nyilvánosságra hozatal elhalasztása iránti kérelmet.

¹² A doktori értekezés benyújtásával egyidejűleg be kell nyújtani a minősített adatra vonatkozó közokiratot.

¹³ A doktori értekezés benyújtásával egyidejűleg be kell nyújtani a mű kiadásáról szóló kiadói szerződést.