



Research Paper

A Study of the Professional Career Path of E-Sports Gamers in Iran

Rezgar Pourmarouf¹, Ali Afrouzeh²

1. PhD Student in Sports Management, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

2. Assistant Professor of Sport Management, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran.

Received: 1 July 2025

Accepted: 2 September 2025

Abstract

Objective: This study aimed to examine the professional trajectory of e-sports gamers in Iran, employing a critical-interpretive approach within the framework of the Job Demands-Resources (JD-R) theory.

Methodology: The research was conducted using a hermeneutic phenomenological approach, focusing on the lived experiences of 14 male professional gamers with a history of team participation at national and regional levels. Data were collected through semi-structured interviews during official competitions and analyzed thematically using a deductive method within the JD-R theoretical framework. Data coding was divided into two categories: job demands and job resources. Guba and Lincoln's criteria were applied to assess data credibility.

Results: The research findings, categorized into two main themes—job demands (with three subthemes: competitive anxiety, life–game interference, and lifestyle) and job resources (with three subthemes: financial issues, training, and team support)—revealed that Iranian professional gamers face a lack of organizational support and weak team structures. The absence of financial backing, coherent training programs, and clear contractual frameworks intensifies their psychological pressures. These deficiencies lead to conflicts between personal and professional life, the adoption of unhealthy lifestyles, and motivational erosion, directly threatening their mental and physical health.

Conclusion: This study demonstrates that the lived experiences of professional gamers in Iran involve complex, multilayered job demands, set in an environment lacking supportive infrastructure—especially in psychological, educational, and legal domains—resulting in chronic and exhausting pressures. It is recommended that Iranian e-sports institutions improve professional gamers' conditions by establishing psychological counseling centers, strengthening legal and contractual mechanisms, developing specialized training, and enhancing technological infrastructure. Moreover, targeted financial support and increasing social acceptance of gamers are essential measures to sustain this industry in Iran.

Keywords: Workplace Resilience, Organizational Support, Gamer Challenges, Electronic Infrastructure.

To cite this article:

Pourmarouf R, Afrouzeh A. A Study of the Professional Career Path of E-Sports Gamers in Iran. *Human Resource Management in Sport*. 2026; 13(2):301-326. <https://doi.org/10.22044/shm.2025.16450.2770>

Corresponding Author: Ali Afrouzeh

Email: a_afrouzeh@sbu.ac.ir



Extended Abstract

Summary

This study examined the professional trajectory of Iranian e-sports gamers using a critical-interpretive approach within the Job Demands–Resources (JD-R) framework. A hermeneutic phenomenological design was applied, involving 14 male professional gamers with national and regional competitive experience. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed thematically using a deductive JD-R approach, categorizing findings into job demands and job resources. Key demands included competitive anxiety, life–game interference, and lifestyle challenges, while resources involved financial issues, training, and team support. Results showed a lack of organizational support, weak team structures, and insufficient financial and training systems, intensifying psychological pressure. These conditions caused work–life conflict, unhealthy lifestyles, and reduced motivation. The study concludes that Iranian professional gamers operate under complex and exhausting demands with limited institutional support, highlighting the need for psychological, legal, financial, and infrastructural improvements.

Introduction

In recent years, esports have evolved from a simple leisure activity into a structured and multidimensional industry, creating a new form of digital employment (1). Professional gamers, as an emerging workforce, possess advanced technical, cognitive, and communication skills and operate in an environment that differs fundamentally from the traditional labor market. In Iran, despite infrastructural limitations, the absence of clear regulations, and negative cultural attitudes, the professional pathway of gamers has developed informally and without institutional support (2). The lack of supportive organizations, absence of transparent contracts, limited mental health services, and negative media representation have contributed to job instability, anxiety, and burnout among gamers. In this context, the Job Demands–Resources theory (3) provides a suitable framework for analyzing the interaction between job demands and job resources in Iranian gamers' experiences and can help explain the factors influencing their work motivation or occupational burnout.

Methodology and Approach

Given the nature of this study, it was conducted within an interpretivist paradigm using a qualitative approach, as it aimed to gain an in-depth understanding of the meanings and lived experiences of professional e-sports gamers in Iran. The research employed an interpretative phenomenological design, which enabled an in-depth exploration of participants' perceptions and lived experiences. The target population consisted of professional gamers in Iran with at least one year of team-based competitive experience, selected through purposive sampling to ensure rich and information-dense data. The inclusion criterion was formal contractual membership in professional teams. Considering the qualitative nature of the study, sampling continued until theoretical saturation was reached, resulting in 14 male professional gamers, selected after 12 initial interviews and 2 additional confirmatory interviews. Data were collected through semi-structured interviews focusing on psychosocial experiences and both job demands and job resources. Access to participants was facilitated through the researcher's professional network, coordination with the Iranian Esports Association, and field presence during competitive events. Each interview lasted between 35 and 45 minutes and was audio-recorded with informed consent. Data were analyzed using thematic analysis with a deductive approach within the Job Demands–Resources framework. Coding followed Braun and Clarke's six-step process (2006), and data were organized into two main categories: job demands and job resources. For job demands, three themes were identified (competitive anxiety, life–game interference, and unhealthy lifestyle), while for job resources, three themes emerged (financial issues, training, and team support) (4). Research rigor was ensured using Guba and Lincoln's criteria (1989), including credibility, transferability, dependability, and confirmability (5). In addition, direct quotations from participants were used to enhance the accuracy and trustworthiness of the analysis.

Result and Conclusion

The findings of this study indicate that the lived experiences of professional gamers in Iran, within the framework of the Job Demands–Resources theory, are characterized by a complex, exhausting, and multilayered



set of job demands. In the dimension of job demands, three main themes were identified: competitive anxiety, life–game interference, and an unhealthy lifestyle. Competitive anxiety is experienced not merely as a fear of failure, but as a form of performance obsession and a persistent internal pressure for continuous improvement; a pressure that, in the absence of psychological support, leads to excessive self-regulation and the suppression of psychological vulnerability. Life–game interference reflects the blurring of boundaries between work and personal life, which, within a socio-cultural context lacking occupational legitimacy, results in identity crises and family conflicts. Additionally, the unhealthy lifestyle—comprising irregular sleep patterns, poor nutrition, and limited bodily awareness—is a direct consequence of structural pressures and the absence of specialized training and education.

At a broader level, the findings indicate that Iranian gamers are compelled to simultaneously assume the roles of employee, coach, and performance analyst, while also facing cultural, economic, and media-related pressures. In this context, psychological hardiness is not a developed skill, but rather a defensive response to the absence of institutional support. Consequently, competitive anxiety becomes a chronic experience rooted in social and cultural structures rather than merely individual characteristics.

In the dimension of job resources (Table 1), three domains—financial issues, training, and team support—were identified, which in most cases were ineffective or absent. Informal contracts, irregular payments, and the lack of stable financial support have rendered the economic structure of this profession fragile. Similarly, experiential learning and reliance on scattered online resources, in the absence of academies and specialized coaches, have constrained professional development. Team support is also ineffective in alleviating pressures due to weak infrastructure, lack of professional management, and intra-team cultural tensions.

Table 1. Job Resources Coding

Main theme	Sub-themes	Codes
Job resources	Financial issues	Temporary and verbal contracts
		Irregular salary payments
		Personal expenses (self-funded costs)
		Lack of financial transparency in clubs
	Training	Reliance on experiential learning
		Lack of specialized coaches
		Absence of academies or talent identification systems
		Training dependent on scattered online resources
	Team support	Lack of appropriate physical space for team practice
		Clubs' short-term performance orientation
		Cultural and value-based challenges among players from different minority groups

The discussion of findings suggests that the core crisis is not merely a shortage of resources, but rather the issue of the “occupational legitimacy” of gaming in Iran. In the absence of social recognition, gamers face a duality between being perceived as “work” or “play,” which generates additional psychological pressure. This situation is exacerbated by social stigma, negative perceptions from families and media, and the lack of legal frameworks, leading to the persistence of informal working relationships and structural exploitation.

In conclusion, the study indicates that the professional experience of Iranian gamers results from a complex interplay between structural, cultural, and psychological job demands and a lack of supporting resources. This condition leads to gradual burnout, chronic anxiety, and occupational identity crisis. Therefore, the development of this industry requires multi-level interventions, including the formalization of contracts, the establishment of educational infrastructure, psychological support, the strengthening of professional associations, and the cultural redefinition of “digital work.” Without these reforms, the professional trajectory of gamers in Iran will continue to rely on exhausting self-reliance and structural inequality.



Ethical Considerations: This study was conducted in accordance with established ethical principles. Informed consent was obtained from all participants, participation was entirely voluntary, and participants could withdraw at any time without any consequences. Confidentiality of all information was strictly maintained, and data were used anonymously. The researchers attempted to avoid any form of bias during data collection and analysis. In addition, participants' feedback was incorporated to enhance the credibility of the findings, without influencing their responses.

Funding: This research received no external financial support and was conducted entirely independently.

Authors' Contributions: All authors contributed to the study design, data collection, analysis, interpretation, and manuscript writing, and approved the final version of the paper.

Conflicts of interest: The authors declare no conflicts of interest, financial or otherwise.

Acknowledgment: The authors would like to thank all participants for their valuable contribution and time, as well as those who assisted in facilitating the fieldwork and access to the target population.

References

1. Johnson MR, Woodcock J. The impacts of live streaming and Twitch.tv on the video game industry. *Media, Culture & Society*. 2018;41(5):670–688. <https://doi.org/10.1177/0163443718818363>
2. Pourmarouf, R. and Afrouzeh, A. (2026). Challenges of E-sports Governance in Iran. *Archives in Sport Management and Leadership*, 4(1), 1-21. https://asml.ui.ac.ir/article_30195.html
3. Bakker AB, Demerouti E. Job demands-resources theory: Frequently asked questions. *J Occup Health Psychol*. 2024;29(3):188-200. <https://doi: 10.1037/ocp0000376>
4. Braun V, Clarke V. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*. 2006;3(2):77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
5. Guba EG, Lincoln YS. Fourth generation evaluation. Newbury Park (CA): Sage Publications; 1989. <https://books.google.com/books?id=0v9HAAAAMAAJ>





واکاوی مسیر حرفه‌ای گیم‌های ورزش‌های الکترونیکی در ایران

رزگار پورمعروف^۱، علی افروزه^۲

۱. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۲. استادیار مدیریت ورزشی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۷/۰۷

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۴/۱۰

چکیده

هدف: این پژوهش، با هدف واکاوی مسیر حرفه‌ای گیم‌های ورزش‌های الکترونیکی در ایران، با بهره‌گیری از رویکردی انتقادی-تفسیری و در چارچوب نظریه تقاضا و منابع شغلی انجام شد.

روش‌شناسی: پژوهش بر مبنای رویکرد پدیدارشناسی تفسیرگرایانه انجام گرفت و بر تجربیات زیسته ۱۴ گیم حرفه‌ای مرد که دارای سابقه حضور تیمی در سطح ملی بودند، تمرکز داشت. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته در جریان مسابقات رسمی گردآوری شدند و با تحلیل موضوعی به روش قیاسی و در چارچوب نظریه تقاضا و منابع شغلی مورد بررسی قرار گرفتند. کدگذاری داده‌ها در دو دسته تقاضاهای شغلی و منابع شغلی انجام شد و از معیارهای گویا و لینکلن برای سنجش اعتبار داده‌ها استفاده شد.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش در دو مضمون: تقاضاهای شغلی (در سه مضمون فرعی: اضطراب رقابتی، تداخل زندگی-بازی و سبک زندگی) و منابع شغلی (در سه مضمون فرعی: مسائل مالی، آموزش و حمایت تیمی) نشان داد گیم‌های حرفه‌ای ایرانی با کمبود منابع حمایتی سازمانی و ضعف ساختارهای تیمی مواجه‌اند؛ به گونه‌ای که فقدان حمایت مالی، نبود برنامه‌های آموزشی منسجم و نبود چارچوب‌های قراردادی روشن، فشارهای روانی آن‌ها را تشدید می‌کند. این کمبودها باعث تداخل زندگی شخصی و حرفه‌ای، ایجاد سبک زندگی ناسالم و فرسایش انگیزشی می‌شود و سلامت روانی و جسمی آنان را به‌طور مستقیم تهدید می‌کند.

نتیجه‌گیری: پژوهش حاضر نشان می‌دهد که تجربه‌ی زیسته‌ی گیم‌های حرفه‌ای در ایران، واجد مؤلفه‌هایی پیچیده و چندلایه از تقاضاهای شغلی است که در فضایی فاقد زیرساخت‌های حمایتی، به‌ویژه در زمینه‌های روانی، آموزشی و حقوقی، با فشارهایی مزمن و فرساینده همراه شده است. پیشنهاد می‌شود نهادهای ورزش‌های الکترونیکی در ایران باید با راه‌اندازی مراکز مشاوره روانی، تقویت فرآیندهای حقوقی و قراردادی، توسعه آموزش‌های تخصصی و بهبود زیرساخت‌های فناوری، شرایط حرفه‌ای گیم‌ها را بهبود بخشند. همچنین حمایت اقتصادی هدفمند و ارتقاء پذیرش اجتماعی گیم‌ها از جمله اقدامات ضروری برای پایداری این صنعت در ایران است.

واژه‌های کلیدی: تاب‌آوری شغلی، حمایت‌های سازمانی، چالش گیم‌ها، زیرساخت‌های الکترونیکی.

به این مقاله این‌گونه استناد کنید:

پورمعروف رزگار، افروزه علی. واکاوی مسیر حرفه‌ای گیم‌های ورزش‌های الکترونیکی در ایران. مدیریت منابع انسانی و ورزش. ۱۴۰۵؛ ۱۳(۲): ۳۰۱-۳۲۶. <https://doi.org/10.22044/shm.2025.16450.2770>

نویسنده مسئول: علی افروزه

Email: a_afrouzeh@sbu.ac.ir



مقدمه

در طی سی سال گذشته، بازی‌های ویدیویی، به تدریج به بخشی پررنگ از زندگی روزمره افراد در تمام اقشار اجتماعی تبدیل شد (۱، ۲). در اوایل قرن ۲۱، تحول چشمگیری در نقش بازی‌های ویدیویی آغاز شد؛ به طوری که این بازی‌ها از یک فعالیت صرفاً تفریحی به فعالیتی جدی و رقابتی بدل شدند. به جای آنکه افراد فقط برای سرگرمی بازی کنند، شروع به رقابت با یکدیگر کردند و در برخی موارد، برای دریافت دستمزد به این رقابت‌ها روی آوردند. اگرچه سابقه صنعت بازی حرفه‌ای به سی سال قبل باز می‌گردد؛ اما تفاوت زیادی میان دوران آغازین بازی‌های رقابتی و وضعیت کنونی آن وجود دارد؛ به‌ویژه در دهه اخیر، بازی حرفه‌ای و اشتغال افراد به‌عنوان بازیکن به شکل چشمگیری رشد کرده است (۳).

از اواخر دهه ۱۹۸۰ و اوایل دهه ۱۹۹۰، نخستین نشانه‌های رقابت چندنفره در بازی‌های ویدیویی پدیدار شد و در سال ۱۹۹۷، برگزاری یک تورنمنت از بازی «کویک»^۱ به‌عنوان نخستین رویداد رسمی ورزش‌های الکترونیکی در سطح جهانی شناخته شد (۴). اگرچه رشد این رقابت‌ها در دهه بعد کند بود؛ اما با راه‌اندازی پلتفرم جاستین تی‌وی^۲ در سال ۲۰۰۷، تحولی بنیادین در شکل و معنای مشارکت گیمرها در فضای دیجیتال رقم خورد (۲). این پلتفرم با فراهم کردن امکان پخش زنده و تعامل هم‌زمان با مخاطبان، زمینه تبدیل گیمرها به کارآفرینان دیجیتال را فراهم ساخت (۵). در ادامه، در سال ۲۰۱۱، توییچ^۳ به‌عنوان زیرشاخه‌ای از جاستین تی‌وی راه‌اندازی شد و به سرعت به مرکز استریم حرفه‌ای بازی‌های ویدیویی تبدیل گردید (۲، ۵). طی پنج تا هفت سال، با جذب میلیون‌ها مخاطب و ایجاد ارتباط دوسویه بین گیمرها و بینندگان، جایگاهی هم‌تراز با رسانه‌های سنتی سرگرمی و ورزش‌های حرفه‌ای پیدا کرد (۶). در این بستر، گیمرهای حرفه‌ای به نیروی کاری سازمان‌یافته و بخشی از سرمایه انسانی دیجیتال تبدیل شدند. فرایند حرفه‌ای‌سازی باعث شکل‌گیری ساختارهای مشابه سازمان‌های ورزشی شد؛ تیم‌ها دارای مدیر، برنامه‌های تمرینی منظم، پشتیبانی روان‌شناختی و قراردادهای مالی شفاف هستند. برای مثال، تیم لیکوید^۴ هزینه‌های زندگی، تجهیزات و مربی ذهنی بازیکنان را تأمین کرده و حقوق سالانه‌ای بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ هزار دلار پرداخت می‌کند. بدین ترتیب، هویت گیمرهای حرفه‌ای تحول یافته و آنان به نسلی با مهارت‌های پیچیده شناختی، فنی و ارتباطی و توان انطباق بالا با اقتصاد داده‌محور تبدیل شده‌اند (۷). درک سیر تحول بازی حرفه‌ای از منظر تاریخی، نقش برجسته گیمرها را به‌عنوان گونه‌ای تازه از «منابع انسانی نوین» با ویژگی‌هایی منحصر به فرد روشن می‌سازد (۸). گیمرها، کنشگرانی با مهارت‌های پیچیده شناختی، فنی و ارتباطی‌اند که در بسترهای دیجیتال رشد یافته و با زیست جهانی کاملاً متفاوت، وارد بازار کار شده‌اند. با این حال، توسعه ساختار ورزش‌های الکترونیک، به معنای رفع چالش‌ها نبوده؛ بلکه زمینه‌ساز ظهور مسائل جدید در سطوح فردی، سازمانی و ساختاری شده است. این روند توسعه، اگرچه موجب ارتقای جایگاه و مشروعیت این رشته شده است؛ اما نتوانسته ماهیت رقابتی و پرفشار آن را تغییر دهد؛ واقعیتی که باعث شده بسیاری از چالش‌های رایج در ورزش‌های سنتی در فضای ورزش‌های الکترونیکی نیز بازتولید شوند. این مشکلات شامل رقابت‌های شدید، فشارهای روانی برای دستیابی به موفقیت، نیاز به تمرین‌های طولانی و فشرده و چالش‌های مرتبط با شرایط جسمانی و روانی بازیکنان است (۲، ۴، ۵، ۷).

نمونه‌ای بارز از این ساختار حرفه‌ای را می‌توان در شرکت ریوت گیمز^۵، ناشر بازی لیگ افسانه‌ای^۶ در سانتا مونیکا کالیفرنیا مشاهده کرد؛ شرکتی که با چند صد گیمر حرفه‌ای قرارداد منعقد می‌کند و بازیکنان آن روزانه تا ۱۴ ساعت به تمرین‌های پرفشار مشغول‌اند تا در سطح رقابتی باقی بمانند (۱، ۹). این حجم از تمرین مستمر، که با بی‌نظمی در برنامه خواب، تغذیه نامناسب و استراحت ناکافی همراه است، فشارهای ذهنی و جسمی متعددی را برای گیمرها به همراه دارد؛ از جمله خستگی ذهنی مزمن، دردهای عضلانی ناشی از نشستن

1. Quake
2. Justin.tv
3. Twitch
4. Team Liquid
5. Riot Games
6. League of Legends (LoL)



طولانی مدت، اختلال در خواب، مصرف بیش از حد نوشیدنی‌های انرژی‌زا و بی‌اطلاعی از حرکات اصلاحی و نیازهای فیزیولوژیک (۱). در همین راستا، فشارهای روانی خاصی نیز بر این قشر وارد می‌شود (۱۰). استرس ناشی از تورنمنت‌های بزرگ، ترس از شکست و از دست دادن جایگاه، اضطراب پیش از رقابت رسمی و ترس از نادیده ماندن توسط حامیان مالی از جمله چالش‌هایی هستند که ذهن گیمرهای حرفه‌ای را درگیر می‌کنند. در موارد بسیاری، خودسرزنش‌گری پس از یک اشتباه، کاهش اعتماد به نفس در لحظات حساس بازی و تردید نسبت به آینده شغلی موجب می‌شود که این فعالیت از یک فرصت شغلی مطلوب به منبعی از فشار روانی بدل شود. مقایسه مداوم با رقبای، انتظارات فزاینده هواداران و خانواده و ناتوانی در شرکت در فعالیت‌های غیرگیمینگ، موجب احساس از خودبیگانگی، غفلت از روابط اجتماعی و تعارضات خانوادگی می‌شود. نبود مرز مشخص میان زندگی شخصی و کاری، به‌ویژه در گیمرهایی که همزمان استریم می‌کنند، باعث می‌شود که اوقات فراغت و کار در هم تنیده شده و فرصت‌های بازیابی روانی و جسمی به‌طور کامل از بین برود. در این شرایط، بی‌توجهی به تغذیه، ناآگاهی از نیازهای بدنی و فقدان دسترسی به متخصصان سلامت، موجب تشدید آسیب‌های جسمی و روانی می‌شود. گیمرها، برای مقابله با خستگی، گاه به رفتارهای پرخطر یا مصرف مداوم محرک‌ها روی می‌آورند؛ در حالی که هیچ سازوکار مشخصی برای آموزش، استراحت، یا بازتوانی حرفه‌ای در دسترس آن‌ها نیست (۱، ۷، ۱۰، ۱۱).

با وجود همه این فشارها، ورزش‌های الکترونیکی با الگوبرداری از ساختار ورزش‌های سنتی، ویژگی‌هایی چون رقابت، رعایت قوانین، آموزش مهارت، هدف‌گذاری و هماهنگی را بازتولید می‌کنند (۱۱). همین ویژگی‌ها موجب شده است که این حوزه به پدیده‌ای جهانی بدل شود؛ پدیده‌ای که فراتر از سرگرمی، در سطحی اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی گسترش یافته است. نمونه‌ای از اثرگذاری اجتماعی این ورزش‌ها را می‌توان در فاولاهای برزیل دید؛ جایی که برای جوانان محروم، ورزش‌های الکترونیکی ابزاری برای فرار از فقر و خشونت و همچنین بازیابی هویت، تقویت امید و توانمندسازی اجتماعی شده است (۱۲). پیش‌بینی می‌شود ارزش بازار جهانی آن‌ها از ۱/۹۶ میلیارد دلار در سال ۲۰۲۳ به ۵/۱۷ میلیارد دلار تا سال ۲۰۲۹ برسد (۱۳). این صنعت، با خلق هزاران شغل مستقیم و غیرمستقیم در حوزه‌هایی مانند تولید محتوا، استریمینگ، تحلیل داده و فناوری اطلاعات، فرصت‌های جدیدی را به ویژه برای نسل جوان فراهم کرده است (۲). در بریتانیا، تنها در سال ۲۰۱۹، بیش از ۱۲۰۰ شغل و ۱۱۱/۵ میلیون پوند ارزش افزوده توسط صنعت ورزش‌های الکترونیکی ایجاد شده است (۱۴). به‌طور کلی، ورزش‌های الکترونیکی امروزه به نقطه تلاقی مسائل پیچیده شغلی، روانی، اجتماعی و اقتصادی تبدیل شده‌اند که مطالعه دقیق و بین‌رشته‌ای آن‌ها را ضروری می‌سازد. درک این ابعاد برای شناخت بهتر زمینه فعالیت یک بازیکن حرفه‌ای ضروری است (۱۵). با توجه به شرایط کاری منحصر به فرد بازیکنان حرفه‌ای در ورزش‌های الکترونیکی، که اغلب شامل ساعت‌های تمرینی طولانی، فشارهای رقابتی شدید، عدم قطعیت شغلی و نبود حمایت‌های ساختاری است، می‌توان این حرفه را در چارچوب نظریه تقاضا-منابع شغلی^۱ تحلیل کرد (۱۶). این نظریه، که یکی از مدل‌های جامع و انعطاف‌پذیر در مطالعات سازمانی است، چارچوبی برای بررسی تأثیر متقابل میان تقاضاهای شغلی (همچون فشار روانی، اضطراب پیش از رقابت، انتظارات اجتماعی و اختلال در تعادل زندگی-کار) و منابع شغلی (مانند حمایت تیمی، انگیزه درونی، یا احساس موفقیت شخصی) فراهم می‌کند. از آنجا که فعالیت حرفه‌ای گیمرها ترکیبی از عناصر فراغت و کار را در خود دارد، این نظریه می‌تواند به‌خوبی برای شناسایی سازوکارهای منجر به فرسودگی یا انگیزش در این گروه به کار رود. بنابراین، با استفاده از نظریه تقاضا-منابع شغلی می‌توان درکی دقیق‌تر از محیط روانی-اجتماعی کار گیمرهای حرفه‌ای، مسیرهای تجربه فرسودگی یا درگیری شغلی آن‌ها و نیازهای ساختاری برای حمایت از سلامت و پایداری عملکردشان به‌دست آورد (۱۷).

نظریه تقاضا-منابع شغلی بر مبنای یک پیش‌فرض دوم نیز عمل می‌کند، مطابق این پیش‌فرض، ترکیب تقاضاها و منابع شغلی دو فرآیند روان‌شناختی کلیدی را فعال می‌کند: اول، در حوزه ورزش حرفه‌ای، تقاضاهای شدید جسمانی (مانند تمرینات طاقت‌فرسا و فشارهای فیزیکی مداوم)، تقاضاهای روان‌شناختی (مانند فشار رقابت، استرس مسابقه یا انتظارات هواداران) و تقاضاهای اجتماعی (مانند تعامل با مربی، تیم یا رسانه‌ها) اگر با منابع کافی همراه نباشند، می‌توانند به خستگی، فرسودگی روانی، کاهش انگیزه و حتی آسیب‌های جسمانی

و روانی منجر شوند. دوم، زمانی که ورزشکاران به منابع کافی دسترسی دارند، از جمله: منابع فردی مثل تاب‌آوری روانی، انگیزش درونی، مهارت‌های ذهنی و تمرکز و منابع اجتماعی- سازمانی مانند: حمایت مربی، بازخورد مثبت یا امکانات تمرینی. این منابع می‌توانند اثرات تقاضاهای بالا را خنثی کرده و حتی به یادگیری، رشد فردی، ارتقای مهارت‌ها و عملکرد برتر منجر شوند. نظریه تقاضا- منابع شغلی یک نظریه یکپارچه در طراحی شغل است که دیدگاه‌های گوناگون مربوط به فشار شغلی و انگیزش را در هم می‌آمیزد (۱۸، ۱۹). به‌طور خلاصه، این نظریه توضیح می‌دهد چگونه «تقاضاهای شغلی» و «منابع شغلی» از طریق تأثیر بر بهزیستی کارکنان، از جمله فرسودگی شغلی و درگیری کاری، بر عملکرد شغلی اثر می‌گذارند و نیز چگونه کارکنان با رفتارهای فعالانه و واکنشی می‌توانند بر تقاضاها و منابع شغلی خود اثر بگذارند (۲۰). نظریه تقاضا- منابع شغلی، گرچه ریشه در ادبیات فرسودگی و درگیری کاری دارد (۲۱)، طی دو دهه گذشته توانسته است دانش نظریه‌های گوناگون فشار شغلی و انگیزش کاری را تلفیق کند؛ از جمله نظریه دوعاملی (۲۲)، نظریه ویژگی‌های شغل (۲۳)، مدل تقاضا- کنترل شغل (۲۴)، مدل عدم توازن تلاش- پاداش (۲۵) و نظریه حفظ منابع (۲۶). بدین ترتیب، چارچوبی فراگیر و جامع برای درک بهزیستی و عملکرد کارکنان فراهم می‌آورد (۱۸، ۱۹). برخلاف مدل‌های پیشین طراحی شغل که فهرستی محدود و ثابت از ویژگی‌های شغلی را به‌عنوان پیش‌بین‌های اصلی فشار یا انگیزش معرفی می‌کردند، نظریه تقاضا- منابع شغلی منعطف است و می‌تواند گستره وسیعی از ویژگی‌های شغلی را در بر گیرد (۲۰). فرض بنیادی همه این نظریه‌ها آن است که برخی وجوه فیزیکی، اجتماعی یا روان‌شناختی شغل و محیط سازمانی بر بهزیستی کارکنان اثر می‌گذارند و به‌طور غیرمستقیم سلامت، رفتار و عملکرد آنان را تحت تأثیر قرار می‌دهند. برای نمونه، مدل تقاضا- کنترل شغل (۲۴) بیان می‌کند تقاضاهای شغلی زمانی به‌ویژه پراسترس‌اند و ممکن است به مشکلات سلامت بینجامند که کنترل شغلی پایین باشد. نظریه ویژگی‌های شغل (۲۳) نیز پنج ویژگی خاص شغل، تنوع مهارت، هویت وظیفه، اهمیت وظیفه، استقلال و بازخورد، را عامل تقویت پیامدهایی همچون انگیزش و عملکرد می‌داند که از رهگذر سه حالت روان‌شناختی معناداری تجربه‌شده، مسئولیت‌پذیری تجربه‌شده و آگاهی از نتایج واقعی حاصل می‌شوند (۲۰). نظریه تقاضا- منابع شغلی این دیدگاه‌ها را تلفیق می‌کند و بیان می‌دارد فرسودگی و درگیری کاری می‌توانند حاصل گونه‌گون ویژگی‌های شغلی باشند (۱۹). هرچند سازمان‌ها منحصر به فردند و مشاغل‌شان ویژگی‌های متفاوتی دارند، نخستین گزاره تقاضا- منابع شغلی آن است که همه این ویژگی‌ها را می‌توان در دو طبقه متمایز تقاضاهای شغلی و منابع شغلی، مدل‌سازی کرد (۲۰، ۲۱). تقاضاهای شغلی به جنبه‌های فیزیکی، روان‌شناختی، اجتماعی یا سازمانی کار اشاره دارد که نیازمند تلاش مستمر جسمی، شناختی و هیجانی هستند و بنابراین با هزینه‌های فیزیولوژیک و یا روان‌شناختی همراه‌اند (۲۰). منابع شغلی به جنبه‌های فیزیکی، روان‌شناختی، اجتماعی یا سازمانی کار اشاره دارد که دارای پتانسیل انگیزشی بوده، دستیابی به اهداف کاری را تسهیل می‌کنند، اثرات تقاضاهای شغلی را تعدیل می‌کنند و موجب یادگیری و رشد فردی می‌شوند. (۲۰، ۲۱).

پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که منابع شغلی می‌توانند اثرات منفی ناشی از تقاضاهای شغلی بر فشار روانی را کاهش دهند (۱۷، ۲۱-۲۷). در حدود سال ۲۰۱۵، شیوع فرسودگی در میان نیروی کار در کشورهای اروپایی حدود ۱۰ درصد و در کشورهای غیراروپایی حدود ۱۷ درصد برآورد شد (۲۸). در ایالات متحده، ۲۸ درصد از نسل هزاره گزارش کردند که مکرراً یا دائماً دچار فرسودگی هستند، در حالی که این رقم برای نسل‌های قدیمی‌تر ۲۱ درصد بود (۲۹). به بیان دیگر، در موقعیت‌هایی که تقاضاهای کاری بالا است، اگر فرد به منابع شغلی مناسبی دسترسی داشته باشد، احتمال آسیب روانی یا جسمی کاهش می‌یابد (۲۰). همین‌طور، زمانی که تقاضاهای شغلی زیاد است، رابطه منابع شغلی با فرآیندهای انگیزشی قوی‌تر می‌شود، چراکه منابع در شرایط فشار بالا، تأثیر بیشتری دارند و می‌توانند محیطی برانگیزاننده برای انگیزش فردی ایجاد کنند (۲۰، ۲۱). نظریه تقاضا- منابع شغلی ادعا می‌کند که قابلیت به‌کارگیری در هر زمینه شغلی را دارد (۲۰). هرچند تاکنون در زمینه ورزش‌های الکترونیکی به‌طور خاص به کار نرفته؛ اما در ورزش‌های سنتی مورد استفاده قرار گرفته است (۳۰، ۳۲). برای مثال، مطالعه‌ای از جونز، ماهونی و گوچیاردی (۲۰۱۴) منابع، تقاضاها و نشانه‌هایی از مسیرهای نظری تقاضا- منابع شغلی را شناسایی کرد. این پژوهش، ضمن مصاحبه با بازیکنان و اعضای فنی، به بررسی دیدگاه‌های مختلف درباره انتقال شغلی بازیکنان به لیگ‌های سطح بالاتر راگبی در استرالیا پرداخت. در همین راستا، پژوهش یونس (۲۰۱۸) با هدف پُر کردن بخشی از این شکاف

دانشی، به بررسی ابعاد روانی- اجتماعی فعالیت حرفه‌ای در ورزش‌های الکترونیکی پرداخته است. این امر نه تنها اعتبار نظری تقاضا- منابع شغلی را در بستر جدید ورزش‌های الکترونیکی نشان می‌دهد، بلکه زمینه را برای تحقیقات آتی در این حوزه فراهم می‌سازد؛ از جمله: بررسی اثرات انگیزشی و فرسایشی محیط‌های کاری دیجیتالی و تیم‌محور، با تمرکز بر سلامت روانی و عملکرد بازیکنان حرفه‌ای. ورزش‌های الکترونیکی در سال‌های اخیر از یک فعالیت فراغتی ساده به صنعتی ساختارمند و چندبُعدی تبدیل شده‌اند و سبک جدیدی از اشتغال در بستر دیجیتال را رقم زده‌اند. در این میان، گیم‌های حرفه‌ای به‌عنوان نیروی کاری نوظهور، واجد مهارت‌هایی پیشرفته در حوزه‌های فنی، شناختی و ارتباطی‌اند و در بستری رشد یافته‌اند که با ویژگی‌های سنتی بازار کار تفاوت‌های بنیادین دارد. در ایران نیز با وجود چالش‌هایی نظیر محدودیت زیرساخت‌های ارتباطی، نهادینه‌نشدن قوانین مرتبط با بازی‌های رقابتی و دیدگاه‌های فرهنگی محافظه‌کارانه، پدیده گیم حرفه‌ای به تدریج در حال شکل‌گیری است و جوانان بسیاری این مسیر را به‌عنوان گزینه‌ای برای اشتغال، درآمدزایی و ابراز هویت انتخاب کرده‌اند (۱)؛ اما در شرایطی که فرآیند حرفه‌ای‌سازی در کشورهای توسعه‌یافته با سازوکارهای حمایتی، نظارت نهادی و استانداردسازی همراه بوده، در ایران این روند به شکلی خودجوش، پراکنده و بدون پشتوانه حمایتی شکل گرفته است. نبود فدراسیون و نهادهای صنفی، ضعف در شفافیت قراردادهای نادیده گرفتن نیازهای سلامت روان و جسم و غیبت بیمه یا خدمات مشاوره تخصصی، باعث شده است که بسیاری از گیم‌های حرفه‌ای ایرانی در موقعیت‌های شغلی شکننده و پرفشار قرار گیرند. از سوی دیگر، برچسب‌زنی‌های فرهنگی و تلقی منفی از بازی‌های ویدیویی در رسانه‌های رسمی، مانع از بازشناسی اجتماعی و مشروعیت‌بخشی به این گروه در فضای عمومی کشور شده است. این شرایط باعث شده که مشکلاتی همچون اضطراب مزمن، بی‌ثباتی شغلی، تعارضات خانوادگی و احساس فرسودگی ذهنی در میان گیم‌های ایرانی بیش از پیش گسترش یابد. در چنین بستری، بهره‌گیری از چارچوب‌های نظری کارآمد برای تحلیل تجربه‌های زیسته این گروه شغلی جدید ضروری است. نظریه تقاضا- منابع شغلی با تأکید بر نقش تقاضاهای فشارزا و منابع حمایتی در شکل‌گیری فرسودگی یا انگیزش شغلی، می‌تواند ابزاری کارآمد برای فهم شرایط گیم‌های حرفه‌ای در ایران باشد. این نظریه، با انعطاف بالا و قابلیت انطباق با زمینه‌های شغلی گوناگون، امکان تحلیل تعادل (یا عدم تعادل) میان فشارهای محیط کار و امکانات انگیزشی را فراهم می‌سازد. در حالی که استفاده از نظریه تقاضا- منابع شغلی در حوزه ورزش‌های سنتی و برخی مشاغل دیجیتال در جهان رواج یافته است، هنوز بررسی‌های نظام‌مندی در زمینه ورزش‌های الکترونیکی در بافت ایران انجام نشده است. با توجه به ویژگی‌های خاص ساختار اجتماعی ایران، از جمله فقدان حمایت‌های قانونی و نهادی، فشارهای ارزشی و فرهنگی و ضعف در سیاست‌گذاری مرتبط با فناوری‌های نو، تحلیل زیست‌جهان گیم‌های ایرانی با این چارچوب نظری می‌تواند به شناخت عمیق‌تری از وضعیت آنان منجر شود و زمینه‌ساز تدوین سیاست‌های حمایتی، آموزشی و سلامت‌محور گردد. در چارچوب نظریه تقاضا- منابع شغلی شرایط روانی- اجتماعی کار گیم‌های حرفه‌ای ایرانی چگونه قابل تحلیل است و چه عواملی در شکل‌گیری تجربه‌های انگیزشی یا فرسایشی آنان نقش دارند؟

روش شناسی

با توجه به ماهیت پژوهش، محققان، پارادایم تفسیرگرایی را برای پاسخ به سوال اصلی اتخاذ کردند؛ بنابراین، روش تحقیق این پژوهش کیفی است. هدف تحقیق کیفی، پرداختن به سؤالاتی در مورد چگونگی درک بهتر معنا، ادراکات و مؤلفه‌های تجربه زندگی و جهان اجتماعی افراد و ارائه تفسیر ادراکات و تجربیات موجود مرتبط با موضوع است (۳۳). به طور خاص، این مطالعه از یک رویکرد تحقیق کیفی پدیدارشناختی پیروی کرد؛ زیرا بر تجربیات زیسته شرکت‌کنندگان تمرکز داشت. اتخاذ این رویکرد، پژوهشگر را قادر ساخت تا واکاوی کند که گیم‌های ورزش‌های الکترونیکی چگونه تجربیات خود را از موضوع در راستای اهداف تحقیق بیان کردند (۳۴). یک رویکرد پدیدارشناختی تفسیرگرایانه انتخاب شد که این مطالعه پژوهشی با هدف تفسیر تجربیات انجام شد (۳۵). در راستای این رویکرد، مطالعه تحقیقاتی توضیحات مفصلی از تجربیات مشارکت‌کنندگان را جمع‌آوری کرد که امکان تحلیل و تفسیر داده‌ها را فراهم کرد. جامعه هدف برای این تحقیق، گیم‌های حرفه‌ای بودند که به صورت حرفه‌ای حداقل یک سال تجربه در قالب تیمی را در حدود جغرافیایی کشور ایران تجربه کرده‌اند. مشارکت‌کنندگان در این پژوهش به صورت هدفمند انتخاب شدند. از نمونه‌گیری هدفمند،



به‌منظور یافتن مناسب‌ترین شرکت‌کنندگانی که قادر به ارائه عمیق‌ترین و غنی‌ترین داده‌ها بودند، استفاده شد (۳۶). بر همین اساس، گیمرهای مشارکت‌کننده در این پژوهش دارای معیار بازیکن حرفه‌ای تحت قرارداد با باشگاه بودند. تا اطمینان حاصل شود که در مسیر حرفه‌ای توسط گیمر طی شده باشد. با توجه به اینکه تعیین حجم نمونه در تحقیقات کیفی به زمینه خاص و تا حدودی متکی به پارادایم علمی است که مطالعه در آن انجام شده است (۳۳)؛ بنابراین برای دستیابی به اشیاع داده‌ها در تحقیقات کیفی، از حجم نمونه گست (۲۰۰۶) استفاده شد. در نتیجه، پس از انجام ۱۲ مصاحبه، ۲ مصاحبه دیگر نیز برای اطمینان از اشیاع داده‌ها انجام شد در نهایت ۱۴ گیمر تحت قرارداد به عنوان مشارکت‌کننده در این تحقیق حاضر و مورد مصاحبه قرار گرفتند. مشارکت‌کنندگان از طریق ارتباطات شخصی اعضای تیم تحقیق شناسایی شدند. در جدول شماره ۱، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مشارکت‌کنندگان این پژوهش آورده شده است.

جدول شماره ۱. ویژگی جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان در پژوهش

Table 1. Demographic Characteristics of the Study Participants

ردیف	نام (مستعار)	سطح	سن	ژانر	تحصیلات	سابقه	مقطع تحصیلی
۱	P1	کشوری	۲۳	شوتر اول شخص (FPS)	کارشناسی	۴ سال	دانش‌آموخته
۲	P2	ملی	۲۰	ورزشی (شبیه‌ساز فوتبال)	دانشجو	۲ سال	کارشناسی
۳	P3	ملی	۲۶	ورزشی (شبیه‌ساز فوتبال)	کارشناسی ارشد	۶ سال	دانش‌آموخته
۴	P4	کشوری	۱۹	شوتر اول شخص (FPS)	دیپلم	۳ سال	دیپلم
۵	P5	ملی	۲۲	ورزشی (شبیه‌ساز فوتبال)	کارشناسی	۵ سال	دانش‌آموخته
۶	P6	ملی	۲۱	ورزشی (شبیه‌ساز فوتبال)	دانشجو	۳ سال	کارشناسی
۷	P7	کشوری	۲۴	MOBA	کارشناسی ارشد	۵ سال	دانش‌آموخته
۸	P8	ملی	۱۸	ورزشی (شبیه‌ساز فوتبال)	دانش‌آموز	۲ سال	پیش‌دانشگاهی
۹	P9	ملی	۲۵	ورزشی (شبیه‌ساز فوتبال)	کارشناسی	۶ سال	دانش‌آموخته
۱۰	P10	ملی	۲۷	ورزشی (شبیه‌ساز فوتبال)	کارشناسی ارشد	۷ سال	دانش‌آموخته
۱۱	P11	ملی	۲۲	ورزشی (شبیه‌ساز فوتبال)	دانشجو	۴ سال	کارشناسی
۱۲	P12	کشوری	۲۰	شوتر اول شخص (FPS)	دانشجو	۳ سال	کارشناسی
۱۳	P13	کشوری	۲۸	MOBA	کارشناسی ارشد	۸ سال	دانش‌آموخته
۱۴	P14	کشوری	۱۹	MOBA	دانش‌آموز	۲ سال	دیپلم

فرایند جمع‌آوری داده‌ها در این پژوهش با تمرکز بر درک عمیق از تجربه‌های روانی-اجتماعی گیمرهای حرفه‌ای و واکنش آنان به عوامل فشارزا و منابع انگیزشی در محیط رقابتی، با بهره‌گیری از مصاحبه نیمه‌ساختاریافته طراحی و اجرا شد. این روش، به دلیل انعطاف‌پذیری و امکان ورود به لایه‌های معنایی تجربه‌های زیسته مشارکت‌کنندگان، برای تحلیل کیفی در چارچوب نظریه تقاضا-منابع شغلی بسیار مناسب تشخیص داده شد (۲۰). جهت پاسخ به این پرسش که «در چارچوب نظریه تقاضا-منابع شغلی، شرایط روانی-اجتماعی کار گیمرهای حرفه‌ای ایرانی چگونه قابل تحلیل است و چه عواملی در شکل‌گیری تجربه‌های انگیزشی یا فرسایشی آنان نقش دارند؟»، داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با بازیکنان حرفه‌ای ورزش‌های الکترونیکی جمع‌آوری شدند؛ مصاحبه‌هایی که طراحی آن‌ها بر واکاوی دقیق و زمینه‌مند تجربه‌های فشاری و حمایتی مشارکت‌کنندگان در محیط رقابتی استوار بود. فرایند ارتباط‌گیری با جامعه هدف، بر پایه‌ی شبکه حرفه‌ای پیشین پژوهشگر و از طریق ریزنی مستقیم با مسئول روابط عمومی انجمن ورزش‌های الکترونیکی ایران آغاز شد. پس از ارائه طرح پژوهش، هماهنگی اولیه برای حضور میدانی در جریان مسابقات انتخابی تیم ملی در باشگاه «اکسین تهران» انجام گرفت. انجمن، با در اختیار قرار دادن فهرست مقدماتی بازیکنان برگزیده، نقش مهمی در تسهیل دسترسی به جامعه پژوهش ایفا کرد. در ادامه، پژوهشگر با برقراری تماس تلفنی و پیام‌رسانی مستقیم در پلتفرم‌هایی چون ایتا و واتساپ با برخی بازیکنان منتخب ارتباط اولیه را شکل

داد. در این ارتباطات، ضمن معرفی شخصی، اهداف پژوهش توضیح داده شد و موافقت اولیه برای انجام گفت‌وگوها اخذ شد. سپس، با حضور فیزیکی در محل مسابقات طی دو روز متوالی (۱۳ و ۱۴ اردیبهشت ۱۴۰۴)، ارتباط میدانی با بازیکنان گسترش یافت. حضور مداوم پژوهشگر در فضای پشت‌صحنه، موجب شکل‌گیری اعتماد و فراهم شدن فضای گفت‌وگویی طبیعی‌تر با بازیکنان شد. برای انتخاب مشارکت‌کنندگان، از رویکرد نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد؛ معیار انتخاب شامل حرفه‌ای بودن، سابقه شرکت در تیم ملی، یا حضور مستمر در مسابقات کشوری بود. در نهایت، ۱۴ بازیکن مرد که همگی در رده‌های بالای رقابتی فعالیت داشتند، در پژوهش مشارکت کردند. پژوهشگران با رعایت احترام به زمان و تمرکز بازیکنان، برنامه‌ریزی دقیقی برای تنظیم مصاحبه‌ها انجام داد. هر مصاحبه حدود ۳۵ تا ۴۵ دقیقه به طول انجامید و با رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان، همگی به صورت صوتی ضبط شدند. سؤالات مصاحبه با تمرکز بر مؤلفه‌های کلیدی نظریه تقاضا- منابع شغلی طراحی شده بودند و تلاش شد بین «تقاضاهای شغلی» و «منابع حمایتی» از منظر بازیکنان تفکیک مفهومی و تجربی صورت گیرد. در پایان هر گفت‌وگو، زمانی برای پرسش‌های باز گذاشته شد تا مشارکت‌کنندگان بتوانند آزادانه به هر نکته‌ای که احساس می‌کردند مهم است اشاره کنند. برخی از عمیق‌ترین روایت‌ها از همین بخش آزاد حاصل شد. پس از اتمام مرحله میدانی، داده‌ها با دقت، پیاده‌سازی و کدگذاری اولیه شدند. برای حفظ محرمانگی، اطلاعات هویتی مشارکت‌کنندگان حذف و برای هر فرد یک نام مستعار انتخاب شد. تحلیل داده‌ها با تمرکز بر تفکیک دو مسیر انگیزشی و فرسایشی در نظریه تقاضا- منابع شغلی انجام شد. با توجه به مزایای تحلیل مضمون مانند انعطاف‌پذیری، توانایی خلاصه‌سازی تعداد زیاد داده، توانایی در تحلیل داده‌ها، محققان برای تحلیل داده‌ها از تحلیل مضمون استفاده کردند (۳۷). برای تحلیل داده‌ها و تولید مضامین، روش قیاسی مد نظر نظر قرار گرفت. در روش قیاسی یا بالا به پایین، مضامین شناسایی شد. در این شیوه، داده‌ها کدگذاری شده و کدهای شبیه به هم در یک مضمون قرار می‌گیرند. تحلیل داده‌ها، مطابق با شش مرحله براون و کلارک (۲۰۰۶) انجام شد.

پژوهشگر در این مطالعه با هدف بررسی تجربیات زیسته گیمرهای حرفه‌ای در چارچوب نظریه تقاضا-منابع شغلی، ابتدا مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته را به‌طور عمیق مطالعه کرد تا شواهدی از مفاهیم نظری موجود، شامل «تقاضاهای شغلی» و «منابع شغلی»، بیابد. در مرحله کدگذاری، با هدایت نظریه، بیانات مرتبط با فشارهای شغلی مانند اضطراب رقابتی، تداخل زندگی و بازی و فقدان منابع حمایتی شامل مسائل مالی، آموزش و حمایت تیمی شناسایی شد. سپس کدها در قالب مضامین اولیه دسته‌بندی شدند تا مضامین معنادار تجربه گیمرها بازنامایی شود و این فرآیند به‌صورت قیاسی و مبتنی بر چارچوب نظریه تقاضا-منابع شغلی انجام گرفت. در بخش تقاضاهای شغلی، سه مضمون اصلی استخراج شد: اضطراب رقابتی شامل استرس تورنمنت‌ها و ترس از شکست؛ تداخل زندگی و بازی شامل: نبود مرز میان زندگی شخصی و حرفه‌ای و تعارض با خانواده؛ سبک زندگی ناسالم شامل: مصرف نوشیدنی‌های انرژی‌زا، دردهای عضلانی و بی‌توجهی به تغذیه و ریکاوری. بخش منابع شغلی نیز با سه مضمون اصلی شامل مسائل مالی، آموزش و حمایت تیمی تحلیل شد. سپس مضامین اولیه با ارجاع به نظریه، بازبینی و پالایش شدند تا انسجام درونی و تمایز بیرونی حفظ شود و همراستایی مفهومی با نظریه تقاضا-منابع شغلی تضمین گردد. در نهایت، مضامین نهایی دقیقاً تعریف و ویژگی‌های مفهومی آن‌ها روشن شد تا ماهیت هر مضمون به‌طور شفاف بیان شود. گزارش نهایی پژوهش، مضامین و کدها را نه به‌عنوان کشفیات صرف، بلکه به‌عنوان مصادیقی از کاربرد نظریه تقاضا-منابع شغلی در بستر فرهنگی ایران تبیین کرد و نشان داد که چگونه فشارها و منابع شغلی در تجربه زیسته گیمرهای حرفه‌ای ایرانی نقش دارند.

همچنین برای اطمینان از انجام صحیح تحلیل و همچنین افزایش اعتبار یافته‌ها، تلاش شد در هنگام تحلیل، فهرست وارسی براون و کلارک (۲۰۰۶) مد نظر محققان قرار گیرد. با وجود در نظر گرفتن شش مرحله فوق، در مرحله تحلیل داده‌ها محققان به این موضوع واقف بودند که تحلیل داده‌ها یک مسیر خطی نیست؛ بنابراین هرکجا که لازم بود محققان بین این شش مرحله به جلو و یا عقب حرکت کردند (۳۸). برای تعیین موثق بودن داده‌ها که در تحقیقات کیفی معادل روایی و پایایی در تحقیقات کمی است (۳۹)، از معیارهای گوبا و لینکلن^۱ (۱۹۹۴) شامل اعتبارپذیری، انتقال‌پذیری، تاییدپذیری و اطمینان‌پذیری استفاده شد. در بخش نتایج پژوهش‌های کیفی، ارائه

1. Guba and Lincoln



مضامین به‌عنوان چارچوب اصلی تحلیل، روشی رایج و پذیرفته شده است. هر مضمون به‌عنوان یک محور اصلی در گزارش نتایج به کار می‌رود و به کمک نقل‌قول‌های دقیق و مرتبط، زمینه فهم عمیق‌تر داده‌ها و تجارب شرکت‌کنندگان فراهم می‌شود. استفاده از این نقل‌قول‌ها نه تنها به روشن شدن محتوای هر مضمون کمک می‌کند؛ بلکه به افزایش تأییدپذیری و کیفیت کلی گزارش پژوهش می‌انجامد. مطالعات مختلف نشان داده‌اند که ارائه روایات و نقل‌قول‌های مستقیم از شرکت‌کنندگان، باعث می‌شود خواننده بتواند به صورت ملموس‌تر با داده‌ها ارتباط برقرار کند و صحت و دقت تحلیل‌ها را ارزیابی نماید (۳۸). به بیان دیگر، نقل‌قول‌های نمونه، به عنوان شواهد ملموس، نقش مهمی در افزایش اعتماد به نتایج پژوهش دارند و باعث تقویت کیفیت گزارش کیفی می‌شوند (۴۰).

یافته‌ها

داده‌های کیفی گردآوری‌شده با رویکرد قیاسی و در چارچوب نظریه تقاضا و منابع شغلی در قالب جدول (۲) و (۳) دسته‌بندی و تفسیر شدند.

تقاضاهای شغلی

یکی از ابعاد اصلی این نظریه، «تقاضاهای شغلی» است که به عواملی اشاره دارد که می‌توانند فشار روانی، فرسودگی یا اختلال در عملکرد شغلی ایجاد کنند. بر اساس یافته‌های این مطالعه، سه مضمون محوری به عنوان زیرمجموعه‌های تقاضاهای شغلی شناسایی شدند: اضطراب رقابتی، تداخل زندگی و بازی و سبک زندگی ناسالم. هر یک از این مضامین دسته‌بندی شده در جدول (۲) نشان‌دهنده ابعاد متفاوتی از فشارهای روانی، جسمی و ساختاری هستند که گیرهای حرفه‌ای در بستر فاقد حمایت ایران تجربه می‌کنند.

جدول ۲. کدگذاری تقاضاهای شغلی

Table 2. Job Demands Coding

مضمون اصلی	مضمون فرعی	کدها
تقاضاهای شغلی	اضطراب رقابتی	استرس ناشی از تورنمنت‌های بزرگ
		ترس از شکست و از دست‌دادن موقعیت
		فشار مقایسه با رقبای
		انتظارات بالای هواداران و خانواده
		خودسرزنش‌گری پس از اشتباه در بازی
		تردید نسبت به آینده شغلی
		اضطراب پیش از مسابقات رسمی
		اختلال در خواب پیش از رقابت
		ترس از دیده‌نشدن توسط اسپانسرها
		کاهش اعتماد به نفس در موقعیت‌های حساس
تداخل زندگی-بازی		تمرینات طولانی و فرساینده
		بی‌نظمی در برنامه خواب و بیداری
		تعارض با خانواده درباره زمان بازی
		غفلت از روابط اجتماعی
		عدم تفکیک بین اوقات شخصی و کاری
		احساس از خودبیگانگی
		نبود مرز مشخص بین زندگی و گیم
		ناتوانی در شرکت در رویدادهای غیرگیمینگ
		فشار روانی ناشی از زمان‌بندی فشرده
		خستگی ذهنی ناشی از تداوم بی‌وقفه بازی
سبک زندگی		بی‌توجهی به تغذیه مناسب
		نبود آگاهی از نیازهای بدنی گیرها



مضمون اصلی	مضمون فرعی	کدها
		مصرف نوشیدنی‌های انرژی‌زا
		خواب نامنظم و ناکافی
		درد عضلانی ناشی از نشستن طولانی مدت
		ناآگاهی از استراحت و ریکاوری
		بی‌اطلاعی از حرکات اصلاحی و ورزشی
		تغییر اشتها به دلیل فشار روانی
		رفتار پرخطر برای مقابله با خستگی
		عدم دسترسی به متخصص سلامت گیرها

یکی از تقاضاهای شغلی شاخص در سطح فردی برای بازیکنان حرفه‌ای ورزش‌های الکترونیکی، تجربه‌ی مداوم اضطراب رقابتی است (۱۷)؛ اضطرابی که نه الزاماً به شکل بحران‌های شدید روانی، بلکه بیشتر به صورت فشارهای ذهنی پنهان و تدریجی بروز می‌کند. این فشارها ناشی از انتظارات درونی و استانداردهای بالای عملکردی هستند که بازیکن برای خودش تعریف کرده است. برخلاف گیرهای آماتور که بیشتر درگیر ترس از قضاوت دیگران یا شکست بیرونی‌اند، بازیکنان نخبه خود را در رقابت بی‌پایانی با «نسخه‌ی بهتر» از خویش می‌بینند؛ رقابتی که هر روز باید از مرزهای دیروز عبور کند. به گفته‌ی یکی از بازیکنان با سابقه (P9) که سابقه حضور در فینال مسابقات غرب آسیا را داشت:

«من با نسخه‌ی بهتر خودم رقابت می‌کنم، نه فقط با حریف.»

شرایط فعالیت حرفه‌ای گیرهای ایرانی در بستر ورزش‌های الکترونیکی، با انبوهی از تقاضاهای شغلی فرساینده همراه است که نه تنها از رشد و پایداری ذهنی بازیکنان حمایت نمی‌کنند، بلکه ذهنیت رشد را نیز در معرض بحران قرار می‌دهند. گیرها در فقدان حمایت‌های ساختاری و روانی ناچارند نقش‌های چندگانه‌ای ایفا کنند: هم‌زمان منتور خود باشند، عملکرد خود را تحلیل کنند و با فشارهای محیطی بی‌وقفه‌ای نظیر ضعف زیرساخت اینترنت، برچسب‌های فرهنگی منفی، محدودیت‌های مالی و ناپایداری رقابت‌های رسمی مقابله نمایند. در غیاب نظام‌های حرفه‌ای برای حمایت از مسیر شغلی گیرها، رویدادهای رقابتی به صورت محدود و پراکنده برگزار می‌شوند و قراردادهای حرفه‌ای، اغلب نامطمئن و فاقد پشتوانه هستند. این شرایط باعث می‌شود فرآیند «تمرین تا پیشرفت» نه به یک مسیر واقعی، بلکه به افقی دور و دست‌نیافتنی بدل گردد. در چنین بستری، تقاضاهای فزاینده‌ای چون تمرین مستمر بدون برنامه مشخص، رقابت دائم با بازیکنان حرفه‌ای داخلی و خارجی و نیاز به دیده شدن از سوی حامیان مالی، به فشار روانی مضاعفی تبدیل می‌شود که سلامت ذهنی و انگیزه فرد را تهدید می‌کند. افزون بر این، فرهنگ حاکم بر جامعه، با تأکید بر کمال‌گرایی درونی و ارزشیابی مستمر عملکرد فرد، ناخواسته به چرخه‌ای از خودانتقادی مزمن، مقایسه مداوم با ایده‌آل‌ها و تضعیف اعتماد به نفس دامن می‌زند. در فضای رقابتی و پرسرعت ورزش‌های الکترونیکی، گیرها نه تنها با عملکرد رقبای انسانی، بلکه سیستم‌های رتبه‌بندی خودکار و مداوم نیز مواجه‌اند. چنین ترکیبی از تقاضاهای روانی، شناختی و اجتماعی، شرایط کاری آنان را به محیطی فرساینده بدل کرده که در آن، فرسودگی ذهنی، اضطراب عملکرد و احساس از خودبیگانگی، به تدریج جایگزین اشتیاق اولیه برای پیشرفت می‌شود (۴۱).

با این اوصاف، سرسختی روانی برای گیرهای ایرانی، مفهومی دو بعدی است؛ از یک طرف، در غیاب منابع حمایتی روانی، اقتصادی یا ساختارهای حرفه‌ای، به خوداتکایی بالا دست پیدا می‌کنند. از طرف دیگر، این فشارها، در نبود نظام‌های مراقبتی (مثل روان‌شناس تیم و منتور مرتبط)، به فرسایش روحی منجر می‌شود. این نوع نگاه در راستای مفاهیم روان‌شناسی عملکرد، به‌ویژه سرسختی ذهنی و ذهنیت رشد، قرار دارد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند بازیکنان دارای سرسختی روانی بالا، کنترل بیشتری بر منابع استرس‌زای خود دارند و باور راسخی به توانایی خود در مدیریت فشارهای محیطی دارند (۴۲). نیکولز و پولمن (۲۰۰۸) تأکید می‌کنند که ورزشکاران ورزش‌های الکترونیکی با نوع متفاوتی از استرس نسبت به ورزشکاران سنتی مواجه‌اند؛ استرسی که بیشتر ذهنی، درون‌زا و مرتبط با کیفیت درک شده از عملکرد است. به عبارت دیگر، سرسختی ذهنی در جامعه ایرانی، اغلب به جای اینکه پرورانه شود، تحمیل می‌شود (۴۳)؛ سرسختی ذهنی معمولاً

در بسترهای حمایتی و با آموزش، مربی‌گری و تجربه‌ی تدریجی توسعه می‌یابد، نه صرفاً از طریق قرار گرفتن در بحران‌های مداوم. برای گیم‌ایرانی، ذهنیت رشد به‌تنهایی کافی نیست، در چنین شرایطی گیم‌ایرانی برای بقا، ناچار می‌شود خود را به اجبار «سخت‌رو» کند؛ اما این سرسختی نه محصول آموزش و تمرین، بلکه واکنشی دفاعی است. در میان گیم‌های نخبه، اضطراب رقابتی دیگر ترس از شکست ساده نیست، بلکه بیشتر نوعی وسواس عملکردی است. آن‌ها غالباً در مصاحبه‌های خود به دست‌کم گرفتن نوسانات روانی کوچک اشاره داشتند، مسائلی که می‌تواند کل جریان بازی را تغییر دهد. یکی از آن‌ها اینطور توضیح داد:

«یه تصمیم ناقص! و بازی تمومه. این آگاهی دائمی از ریسک، خودش استرس ایجاد می‌کنه حتی اگه نشان نده.» (P2)

توسط چند گیم‌ر تأکید شد، عدم امکان نشان دادن آسیب‌پذیری روانی در فضای رقابتی بود:

«تو تیم، کسی جا برای حرف زدن از فشار ذهنی نمی‌ذاره. این‌طوری جا افتاده که اگه بگی ذهنم خسته‌س، یعنی ضعیفی. برای همین

خیلی از بچه‌ها خودشونو می‌زنن به بی‌خیالی، ولی از درون خسته هستن.» (P7)

تجربه‌ی زیسته‌ی گیم‌های نخبه‌ی ایرانی به‌وضوح نشان می‌دهد که اضطراب رقابتی برای آنان نه صرفاً ترس از شکست، بلکه نوعی وسواس عملکردی مزمن است که از آگاهی مداوم نسبت به پیامدهای کوچک‌ترین خطا ناشی می‌شود. این فشار روانی درونی، در بستری تقویت می‌شود که ابزارهای مدیریت اضطراب (مانند گفت‌وگو درمانی یا ذهن‌آگاهی) در آن مهجور یا در دسترس نیستند. در نتیجه، شکل‌گیری نوعی خودسانسوری احساسی و سرکوب آسیب‌پذیری روانی است که در سطح فردی به بی‌انگیزگی و در سطح بین‌فردی به انزوا و کاهش همدلی در تیم‌ها منجر می‌شود. این یافته‌ها با نتایج هانتون و همکاران (۲۰۰۵) همخوان است؛ آن‌ها نشان دادند که ناتوانی در بیان خستگی ذهنی، به‌ویژه در محیط‌هایی که آسیب‌پذیری نشانه‌ای از ضعف تلقی می‌شود، اضطراب رقابتی را به تجربه‌ای ناتوان‌کننده بدل می‌کند (۴۴). در جامعه ایرانی نیز چنین هنجاری تقویت می‌شود؛ فرهنگی که در آن، ابراز فشار روانی نه تنها در تیم بلکه حتی در خانواده یا فضای عمومی، با قضاوت و انگ همراه است (۴۵). خانواده‌ها اغلب گیمینگ را فعالیتی بی‌ثمر می‌دانند و رسانه‌ها نیز به ندرت روایت‌هایی از خستگی ذهنی یا فرسودگی روانی گیم‌رها منتشر می‌کنند. این در حالی است که مطالعه‌ی ماچادو و همکاران (۲۰۲۲) نشان داده است که مداخلات شناختی و فیزیولوژیکی مانند تحریک الکتریکی مستقیم جمجمه‌ای^۱ می‌تواند به بهبود تنظیم هیجانی و کاهش اضطراب رقابتی کمک کند (۴۶). روتلین و همکاران (۲۰۲۳) نیز تأکید می‌کنند که تنها با ورود تخصصی روان‌شناسان و روان‌پزشکان ورزشی می‌توان فشارهای پنهان روانی مانند خستگی ذهنی را به‌موقع شناسایی کرد و مداخلات چندبعدی مؤثر برای حفظ عملکرد بهینه‌ی ذهنی ورزشکاران، از جمله گیم‌رها، فراهم آورد. این ضرورت در فضای ایران دوچندان می‌شود، چرا که در غیاب زیرساخت‌های حمایتی، فشار روانی نهفته، مهم‌ترین عامل فرسایش خاموش در مسیر حرفه‌ای شدن گیم‌رها است (۴۷).

در جامعه ایرانی، تحلیل «تعادل زندگی-بازی» در میان گیم‌های حرفه‌ای، صرفاً یک مسأله سازمان‌دهی زمان یا مدیریت اولویت‌ها نیست؛ بلکه بازتابی از نوعی تقاضای شغلی پیچیده و ساختاریافته است که به شکل پیچیده‌ای با مفهوم «کار مشروع» گره خورده است. برخلاف بسیاری از مشاغل سنتی که پشتوانه‌ای از عرف، قانون و تایید خانوادگی دارند، گیمینگ حرفه‌ای در ایران هنوز نتوانسته به رسمیت اجتماعی برسد؛ نه در سطح رسانه‌ای، نه در سطح حقوقی و نه حتی در فضای گفت‌وگوی بین‌نسلی درون خانواده‌ها. یکی از گیم‌رها (P3) که در چندین تورنمنت بین‌المللی شرکت کرده، می‌گوید:

«من روزانه باید ۱۰ ساعت تمرین کنم؛ بدون این تمرینات، سطح واکنش‌هام افت می‌کنه. اما مادرم فکر می‌کنه دارم بازی می‌کنم، نه

کار. من باید دائم پای سیستم باشم. راستش، دیگه نمی‌دونم دارم زندگی می‌کنم یا فقط دارم بازی می‌کنم.»

این نقل قول، فقط شکایت از حجم تمرینات یا بی‌درکی خانواده نیست؛ بلکه بازتابی از یک پدیده بزرگ‌تر به‌نام بحران مشروعیت شغلی در عرصه‌های نوظهور در جامعه ایرانی است. این بیان تلویحی، یک بحران هویت ناشی از مشروع‌نشده‌ی فرهنگی یک سبک زندگی حرفه‌ای

1. transcranial Direct Current Stimulation



است که در سطح خُرد (فردی)، گیمِر ایرانی را با یک دوگانگی فرساینده مواجه می‌کند؛ از یک‌سو، نیاز به تمرینات فشرده و مستمر برای رقابت در سطوح بالا و از سوی دیگر، نگاه خانواده که این زمان صرف‌شده را نوعی «اتلاف وقت» تلقی می‌کند. این شکاف ادراکی، به مرور باعث شکل‌گیری نوعی احساس تعلیق، نه‌تنها از نظر تعلق به یک شغل معنادار، بلکه حتی در درک خود از زمان، هویت و نقش اجتماعی گیمِر می‌شود. افزون بر این، در بافت فرهنگی ایران، این پیوستار مبهم میان کار و سرگرمی با نوعی «بحران مشروعیت شغلی» تشدید می‌شود.

تیلی (۱۹۹۸) کار را «هرگونه تلاش انسانی که ارزش مصرفی قابل انتقال تولید کند» تعریف می‌کند (ص. ۱۰۳). این تعریف فراگیر، امکان شمول انواع گوناگونی از فعالیت‌های انسانی را تحت عنوان «کار» فراهم می‌سازد. به طور سنتی، کار مزدی در قالب شغل یا حرفه‌ای مشخص سامان می‌یابد که بر پایه مجموعه‌ای از قراردادهای کاری استوار است؛ قراردادهایی که حقوق، تعهدات و انتظارات مشخصی را برای فرد ایجاد می‌کند (۴۸). در این چارچوب نظری، پرسشی اساسی برای جامعه گیمِرهای حرفه‌ای ایران مطرح می‌شود: آیا بازی کردن نیز نوعی کار است؟ اگر این فعالیت منجر به تولید ارزش مصرفی شود (مانند سرگرم‌سازی مخاطب، جذب حامی مالی یا ایجاد محتوای دیجیتال برای پلتفرم‌ها) آنگاه، مطابق با تعریف تیلی، می‌توان آن را نوعی کار دانست. به‌ویژه زمانی که این فعالیت در سطح حرفه‌ای و با هدف پاسخ‌گویی به انتظارات مخاطبان، برندها یا تیم‌های رقابتی صورت گیرد، بازی کردن به چیزی بیش از یک سرگرمی شخصی بدل می‌شود و وارد قلمرو «کار مزدی» یا شغل می‌گردد. همان‌گونه که فوکس و سویگنانی (۲۰۱۳) بیان می‌کنند، در چنین شرایطی، «کار دیجیتال، کاری بازی‌گونه است که واقعیت بهره‌کشی را پنهان می‌کند (۴۹). این درحالی است که در بافتار فرهنگی ایران، کار هنوز عمدتاً با خستگی جسمی، حضور فیزیکی و خروجی ملموس تعریف می‌شود. بازی ویدیویی، به‌ویژه در خانه، فاقد این نشانه‌های نمادین کار به‌شمار می‌آید. در نتیجه، گیمِر برای اثبات جدیت خود، ناچار به دوبرابر تلاش است: هم باید در صحنه رقابتی بدرخشد و هم در فضای خانوادگی و اجتماعی، بی‌وقفه «توضیح» بدهد که کار می‌کند، نه بازی.

در شرایط ایران، روایت رسانه‌ای پیرامون سلامت در حوزه بازی‌های ویدیویی نه‌تنها عمدتاً بازتاب‌دهنده همان نگرانی‌های جهانی درباره اعتیاد، اضطراب اجتماعی و اختلالات خواب است، بلکه در فضای فاقد زیرساخت حمایتی و آموزش سلامت برای گیمِرهای حرفه‌ای، این آسیب‌ها تشدید می‌شود. مصاحبه‌های انجام‌شده در این پژوهش نشان می‌دهند که گیمِرهای ایرانی نه‌تنها از آموزش‌های ابتدایی در مورد سلامت روان و جسم برخوردار نیستند، بلکه حتی درک پایه‌ای از مفاهیم حیاتی مانند نوع تغذیه یا استراحت مناسب نیز وجود ندارد:

«کسی به ما یاد نمی‌ده چي بخوريم، كي بخوابيم، يا اصلاً بدن مون رو چطورى نگه داريم. فقط مى‌گن بايد تمرين كنى.» (P8)

«ما هنوز فرق تغذيه استقامتى و واكنشى رو نمى‌دونيم.» (P1)

«من نمى‌دونستم نوشيدنى انرژى‌زا رو نبايد هر روز خورد، تا وقتى به بار تپش قلب گرفتيم.» (P3)

این نقل قول‌ها در زمینه فقدان آموزش سلامت‌محور و سواد بدنی در میان گیمِرهای حرفه‌ای ایرانی، به‌وضوح بیانگر این است که رویکرد غالب در میان تیم‌ها یا مربیان، محدود به تمرین و پیشرفت در بازی است؛ بدون آنکه به اصول مراقبت از بدن یا روان توجه شود. این نگاه تقلیل‌گرایانه موجب شده سلامت به امری فردی و تجربه‌محور تبدیل شود، نه موضوعی تخصصی و سازمان‌یافته.

این بی‌اطلاعی نسبت به مبانی تغذیه عملکردمحور نه‌تنها کارایی حرفه‌ای گیمِرها را کاهش می‌دهد، بلکه احتمال بروز آسیب‌های جدی جسمانی را نیز افزایش می‌دهد؛ به‌ویژه آسیب‌های عضلانی‌اسکلتی ناشی از استفاده بیش‌ازحد و بدون استراحت مناسب. چنان‌که مک‌گرگور (۲۰۰۰) هشدار داده بود، آسیب‌های تکرارشونده^۱ اکنون در میان گیمِرها نیز شایع شده‌اند (۵۰). در چنین بستری، اگرچه در برخی پژوهش‌های بین‌المللی (مانند انگ و همکاران، ۲۰۱۹) به مزایای بالقوه مشارکت در گیمینگ برای سلامت روان یا نظم حرفه‌ای اشاره شده

اما در شرایط زمینه‌ای که درک مناسبی از جوامع نوظهوری چون ورزش‌های الکترونیکی نیست (۵۱)، اولویت‌یافتن بازی نزد بسیاری از گیمرهای ایرانی، بیش از آنکه آسیب روانی باشد، بازتابی از انحصار یک مسیر بقا در زیست‌جهان دیجیتالی آن‌ها است. در سپتامبر ۲۰۱۸، سازمان جهانی بهداشت، اختلال بازی را در نسخه‌ی یازدهم رده‌بندی بین‌المللی بیماری‌ها^۱ گنجانده. نسخه‌ی یازدهم رده‌بندی بین‌المللی بیماری‌ها، اختلال بازی را این‌گونه تعریف می‌کند:

الگوی از رفتار مداوم یا عودکننده در بازی که با موارد زیر مشخص می‌شود:

۱. کاهش کنترل بر بازی (مثلاً در شروع، بسامد، شدت، مدت، پایان و زمینه بازی)؛

۲. اولویت‌یافتن فزاینده بازی به حدی که بر سایر علایق زندگی و فعالیت‌های روزمره مقدم می‌شود؛

۳. ادامه یا تشدید بازی با وجود وقوع پیامدهای منفی.

این الگو به حدی شدید است که منجر به اختلال قابل‌توجه در عملکردهای شخصی، خانوادگی، اجتماعی، آموزشی، شغلی یا سایر حوزه‌های مهم می‌شود (۵۲). اگرچه معیارهای سازمان جهانی بهداشت برای تشخیص اختلال بازی می‌توانند به شناخت وضعیت گیمرهای حرفه‌ای ایرانی کمک کنند، اما تحلیل‌های صرفاً بالینی بدون در نظر گرفتن بافت فرهنگی و ساختاری ایران می‌توانند منجر به قضاوت‌های نادرست شوند. برای گیمر حرفه‌ای ایرانی در این فضا، «تجربه» بر «دانش علمی» غلبه دارد؛ زیرا، بسیاری از گیمرها دانش خود را از منابع غیررسمی می‌گیرند؛ از انجمن‌ها و فروم‌ها تا استریم‌ها، که اغلب خود نیز اطلاعات نادقیق دارند چون در فرهنگ ایرانی، گوش دادن نه‌فقط یک کنش ارتباطی، بلکه یک فضیلت دینی، اخلاقی و اجتماعی به شمار می‌رود. آموزه‌های دینی، به‌ویژه در اسلام، همواره به «حسن استماع» تأکید کرده‌اند. در سنت‌های دینی ایرانی، شنیدن سخن تجربه‌مندان امری پسندیده است (۵۳).

منابع شغلی

با نگاهی چالشی‌تر به نظریه تقاضا و منابع شغلی مطابق با جدول (۳)، می‌توان گفت اگرچه این نظریه منابع شغلی را به‌مثابه عوامل کاهنده فشار و تقویت‌کننده انگیزش معرفی می‌کند، اما در زمینه گیمنگ حرفه‌ای در ایران، این منابع در اغلب موارد، یا به‌شدت ناکارآمد بوده‌اند یا به‌کلی غایب‌اند. در این پژوهش، سه حوزه‌ی مسائل مالی، آموزش و حمایت تیمی به‌عنوان منابع شغلی احتمالی شناسایی شدند.

جدول ۳. کدگذاری منابع شغلی

Table 3. Job Resources Coding

مضمون اصلی	مضمون فرعی	کدها
منابع شغلی	مسائل مالی	قراردادهای موقت و شفاهی
		پرداخت نامنظم حقوق
		هزینه‌های شخصی
		نبود شفافیت مالی باشگاه‌ها
آموزش		اتکا به یادگیری تجربی
		نبود مربی متخصص
		نبود آکادمی یا سیستم استعدادیابی
		آموزش وابسته به منابع آنلاین پراکنده
حمایت تیمی		نداشتن فضای فیزیکی مناسب برای تمرین تیمی
		تمرکز باشگاه بر نتیجه کوتاه‌مدت
		چالش فرهنگی و ارزشی بین بازیکنان از اقلیت‌های مختلف

با وجود رشد پرشتاب صنعت ورزش‌های الکترونیکی، یکی از چالش‌های جدی در این حوزه، فقدان منابع شغلی حمایتی برای بازیکنان حرفه‌ای است (۱۷، ۲۶). مسائل اصلی این مشکلات شامل استخدام نوجوانان به‌عنوان کارمند یا پیمانکار و همچنین نبود حمایت‌ها و حقوق

1. ICD-11



ثابت برای آن‌ها است. البته می‌توان اشاره کرد که مدت زمان کوتاه دوران حرفه‌ای گیمرها، از یک‌سو و نبود تجربه‌ی مدیریتی در میان بسیاری از مدیران و مربیان تیم‌ها، از سوی دیگر، موجب شده که انگیزه‌ای برای تشکیل نهادهای صنفی یا اتحادیه‌های حمایتگر از سوی بازیکنان شکل نگیرد. افزون بر این، در سطح جهانی نیز بسیاری از ناشران بزرگ بازی‌های رایانه‌ای با اتکا به قدرت انحصاری خود، اختیار کامل فسخ یک‌جانبه‌ی قراردادها را در اختیار دارند و در صورت نقض دستورالعمل‌های آن‌ها، بازیکن یا تیم می‌تواند بدون هیچ فرصت دفاع یا تجدید نظر، کنار گذاشته شود (۷). چنین الگویی در ایران نیز به شکلی غیررسمی و بدون ضابطه بازتولید شده است؛ جایی که هیچ مرجع مشخصی برای رسیدگی به تخلفات قراردادی وجود ندارد و بازیکنان اغلب بدون حمایت رها می‌شوند.

این شرایط نه تنها زمینه‌ساز استثمار نیروی انسانی جوان در صنعت بازی‌های رقابتی است، بلکه تهدیدی جدی برای حرفه‌ای‌سازی، شفافیت و توسعه پایدار ورزش‌های الکترونیکی در ایران محسوب می‌شود. حتی در مواردی که نهادهای غیردولتی یا سازمان‌های غیروابسته برای حمایت از بازیکنان شکل گرفته‌اند (مانند انجمن ورزش‌های الکترونیکی در ایران)، فقدان اختیارات اجرایی و مشروعیت نهادی آن‌ها نزد بازیگران اصلی صنعت، مانع اثرگذاری واقعی آن‌ها شده است (۵۴). با وضعیت ساختاری موجود به جای یک توافق حقوقی شفاف، تمام فرآیند جذب و شروع همکاری ممکن است در قالب یک پیام ساده در واتس‌آپ شکل گیرد، بدون آن‌که هیچ تعهد مالی، بیمه‌ای یا حقوقی مشخصی برای طرفین تعریف شده باشد: «قرارداد؟ فقط به پیام تو واتس‌آپ بود!» (P10)

البته نبود ساختار حاکمیتی بخشی از ضعف بستر در این زمینه است (۱۵)؛ اما یکی از لایه‌های پنهان پذیرش این چنین قراردادهایی در ایران و میان نوجوانان ایرانی، شرم اجتماعی و شرم فرهنگی است. عوامل پنهانی که باعث تداوم قراردادهای شفاهی و عدم شکل‌گیری روابط کاری شفاف میان گیمرهای نخبه و باشگاه‌ها در ایران می‌شود، شرم اجتماعی در مطالبه‌گری رسمی است. در بستر فرهنگی جامعه ایرانی، به‌ویژه در میان جوانان، نوعی حس ناپیدای شرم یا خجالت از مطرح کردن درخواست‌های شفاف مالی، نوشتن قرارداد رسمی یا حتی مطالبه‌ی حقوق قانونی وجود دارد (۵۵). این شرم ممکن است ریشه در تربیت سنتی، ترس از برچسب «پول‌پرست» یا «بی‌مرام»، و نگرانی از طرد شدن از فضای گروهی داشته باشد (۵۶). در این زمینه گیمر (p5) گفت: «هیچ قراردادی رسمی نبود. فقط گفتن بیا تیمو ببریم بالا. غیرت به خرج بده و بیا.» (p7)

در میان گیمرهای حرفه‌ای ایرانی، نوعی درگیری هیجانی و تعلق احساسی شدید نسبت به تیم، بازی یا هم‌تیمی‌ها وجود دارد که ریشه در فرهنگ جوان‌پسند، جمع‌گرای ایرانی دارد. این فضای احساسی، که اغلب با عبارات انگیزشی همراه است، باعث می‌شود روندهای حرفه‌ای مانند امضای قرارداد رسمی، تعیین دقیق حق‌الزحمه یا دریافت تعهدات مکتوب به حاشیه رانده شود. این تعصب گروهی، که گاهی با نوعی هم‌ذات‌پنداری قهرمانانه (با تداعی قهرمانان ملی موجود در ادبیات ایرانی) نیز همراه می‌شود (۵۷)، مانع شکل‌گیری ساختارهای عقلانی و حرفه‌ای در ورزش‌های الکترونیکی می‌شود. از سوی دیگر، باشگاه‌ها و مدیران نیز از همین شور و فضای احساسی بهره‌برداری می‌کنند تا از پرداخت تعهدات مالی یا ایجاد تعهدات حقوقی طفره ببرند. «فعلاً بازی کن، بعداً صحبت می‌کنیم در موردش.» (p11)

در واقع، وقتی وفاداری و هیجان، جایگزین قرارداد می‌شود، استثمار ساختارمند بازیکنان آسان‌تر می‌گردد. این وضعیت، بیانگر نوعی کژکارکرد اجتماعی در حرفه‌سازی ورزش‌های الکترونیکی است؛ جایی که جوانان، به جای درک موقعیت خود به‌عنوان نیروی متخصص و صاحب حق، بیشتر در قالب هوادار، رفیق یا عضوی از «خانواده‌ی تیم» تعریف می‌شوند؛ بدون امنیت، بدون قرارداد. در بسیاری از موارد، باشگاه‌های ورزش‌های الکترونیکی نه تنها فاقد منابع مالی شفاف هستند، بلکه از پرداخت منظم دستمزدها به‌عنوان ابزاری برای کنترل غیررسمی و ایجاد وابستگی روانی استفاده می‌کنند. پرداخت ناقص و با تأخیر، به نوعی ابزار فشار تبدیل شده. «با تأخیر پول می‌دن، اونم نصفه.» (p1) که طی آن گیمر، بدون داشتن هیچ ابزار قانونی برای پیگیری، ناچار به ادامه همکاری در شرایطی فرساینده می‌شود. این وضعیت باعث شکل‌گیری یک چرخه معیوب بی‌اعتمادی در صنعت ورزش‌های الکترونیکی می‌شود؛ بازیکن به باشگاه اعتماد ندارد، باشگاه‌ها به بازیکنان به‌عنوان نیروی وفادار نگاه نمی‌کنند و در نهایت هیچ‌کدام تمایلی به ایجاد روابط بلندمدت و حرفه‌ای ندارند.

در چنین فضای بی‌اعتماد و غیرحرفه‌ای، مسئولیت‌های مالی‌ای که باید بر عهده باشگاه یا کارفرما باشد، به تدریج بر دوش خود بازیکن گذاشته می‌شود. این رویکرد نه از طریق توافق رسمی، بلکه در قالب انتظارات غیرمعمول مانند: «شما که پلیر حرفه‌ای هستی، حتماً تجهیزات هم داری!» (P6) بروز پیدا می‌کند. این جمله در ظاهر تحسین‌آمیز، در واقع شکلی از نبود تعهد توسط باشگاه است که با فرافکنی، هزینه‌های زیرساختی مانند خرید سیستم، اینترنت پرسرعت، میز و صندلی ارگونومیک، هدست یا حتی فضای تمرین را بر دوش بازیکن می‌اندازد. در این میان، تنها گروهی اندک از گیمرهایی که از طبقات اقتصادی بالاتر می‌آیند و به تجهیزات پیشرفته، فضای شخصی و فرصت‌های رشد دسترسی دارند، شانس بیشتری برای ورود و ماندن در رده‌های حرفه‌ای دارند. این یعنی دسترسی به حرفه‌ای‌گری در ورزش‌های الکترونیکی در ایران به شدت طبقاتی است و نه بر اساس استعداد صرف. این باعث می‌شود که باشگاه‌ها به جای حمایت مالی، صرفاً پلتفرم حضور در مسابقه را فراهم می‌کنند. مدل فعلی تأمین هزینه‌ها در جامعه گیمرهای ایرانی، شکلی از اقتصاد فردی بی‌پشتوانه است که بر پایه تعهد شخصی، خانواده‌محور بودن و تلاش مضاعف گیمر برای بقا شکل گرفته در این رابطه گیمر ۱۷ ساله (P4) بیان کرد:

«تمامی تجهیزات رو با پول خودم گرفتم من روزها شاگرد شیرینی فروشی هستم حتی لوازم رو شبانه کرایه‌ای می‌دم دست دوستانم و هزینه‌ای از شون می‌گیرم.»

مدل فعلی تأمین هزینه‌ها در جامعه گیمرهای ایرانی، شکلی از اقتصاد فردی بی‌پشتوانه است که نه بر اساس حمایت نهادی یا زیرساخت‌های دولتی، بلکه بر پایه تعهد شخصی، هزینه خانوادگی و تلاش مضاعف گیمر برای بقا شکل گرفته است. این مدل در کشوری مانند ایران، با واقعیت‌هایی چون تحریم‌های بین‌المللی، محدودیت واردات تجهیزات گیمینگ و تورم فزاینده درهم‌تنیده شده است. بسیاری از آن‌ها ناچارند این ابزارها را به صورت قاچاقی، با واسطه و با قیمت‌هایی چند برابر نرخ جهانی تهیه کنند. در کنار این فشار اقتصادی، یک مقاومت اجتماعی نسبت به هویت گیمر در رابطه با هزینه‌کرد نیز در جامعه ایرانی وجود دارد. هنوز بخش زیادی از خانواده‌ها، معلمان و حتی مسئولان ورزشی، گیمر بودن را نه به عنوان یک شغل، بلکه به عنوان یک انحراف از مسیر «موفقیت مشروع» می‌دانند.

گیمر بودن هنوز در ایران مشروعیت آموزشی ندارد. این مسأله، بازتابی از ساختارهای رسمی آموزشی است که در آن، هیچ جایگاهی برای ورزش‌های نوین مانند ورزش‌های الکترونیکی تعریف نشده است. در حال حاضر، هیچ رشته دانشگاهی تخصصی، دوره رسمی آموزش مربی‌گری یا ساختار تربیت حرفه‌ای برای فعالیت در اکوسیستم ورزش‌های الکترونیکی در ایران وجود ندارد. دانشگاه‌های کشور هنوز با تردید و محافظه‌کاری به چنین رشته‌هایی می‌نگرند، چرا که این حوزه را نه در زمره «ورزش‌های مشروع» و نه در «مشاغل علمی و صنعتی قابل دفاع» قرار می‌دهند. این درحالی است که انجمن ملی ورزش الکترونیکی دانشگاهی اعلام کرده است که بیش از ۲۴۰ مؤسسه عضو در ایالات متحده دارد، با بیش از ۵۰۰۰ ورزشکار دانشجو و ۱۶ میلیون دلار کمک‌هزینه و بورس تحصیلی. در نظام رسمی آموزش ایران، موفقیت هنوز در قالب‌هایی مانند پزشک شدن، مهندس شدن یا قبولی در کنکور سراسری تعریف می‌شود (۵۸). در این فضا، هیچ الگوی موفقیتی برای یک گیمر حرفه‌ای وجود ندارد و همین مسأله موجب بروز این گونه مشکلات می‌شود: «گیم‌نت توی زیرزمینی بود نزدیک خونه‌مون می‌رفتیم با دوستانم شرطی PS می‌زدیم. محیط اونجا باعث شده بود که در درسام ضعیف بشم و همیشه با مخالفت خانواده همراه بود. بعد از مدتی دزدکی می‌رفتم گیم بزنم.» (P6)

در ایران، مسیر یادگیری و پیشرفت در ورزش‌های الکترونیکی برای اکثر گیمرها از طریق آموزش رسمی یا حمایت نهادی شکل نمی‌گیرد. «فقط به نفر بود که خودش پلیر قدیمی بود اونم از طریق آزمون و خطا ازش یاد گرفتم از بس من رو برده بود، کاملاً بازی دستم اومد.» (P2) این یادگیری، از دل تلاش‌های فردی، آزمون و خطا و آموزش‌های پراکنده و عمدتاً آنلاین اتفاق می‌افتد. در ایران، هیچ سیستم آموزشی یا ورزشی مشخصی برای کشف، آموزش و پرورش استعدادها و ورزش‌های الکترونیکی وجود ندارد.

«اینجا کسی دنبالت نمی‌گرده که ببینه استعداد داری یا نه؛ باید خودت بجنگی تا دیده بشی. پس اندازه هفتگیم رو آخر هفته‌ها می‌باختم تا یاد بگیرم.» (P6)

در مدرسه‌ها، دانشگاه‌ها، فدراسیون‌ها و حتی بخش خصوصی، این رشته هنوز نهادینه نشده است. به عبارت ساده‌تر، «هیچ جایی برای آموزش هدفمند ورزش‌های الکترونیکی تعریف نشده» (یکی از والدینی که با دخترش به باشگاه اکسین جهت انتخابی تیم ملی اومده بود). از سوی دیگر، نگاه عمومی جامعه به ورزش‌های الکترونیکی همچنان منفی و محافظه‌کارانه است. در این راستا، مابین مصاحبه ششم و هفتم مدیر روابط عمومی انجمن ورزش‌های الکترونیکی بیان کرد: «گیمر باید به‌تنهایی بجنگد، یاد بگیرد، اشتباه کند، پیشرفت کند و در عین حال، دائماً از انتخابش دفاع کند».

گرچه محتوای تخصصی در پلتفرم‌هایی نظیر YouTube، Twitch، Reddit، Discord و دیگر شبکه‌های تخصصی بازی‌های رایانه‌ای به‌وفور وجود دارد، اما فیلترینگ داخلی بسیاری از این پلتفرم‌ها را مسدود کرده و دسترسی پایدار به آن‌ها نیازمند ابزارهای دور زننده فیلتر است. تحریم‌های جهانی باعث شده بسیاری از سایت‌ها یا خدمات آموزشی، دسترسی کاربران ایرانی را عملاً مسدود یا محدود کنند. برخی ابزارهای آموزش محور مثل OP.GG، Valorant Tracker یا Faceit به‌درستی روی آی‌پی‌های ایران کار نمی‌کنند یا برای استفاده، نیاز به احراز هویت غیرایرانی دارند. «آموزش‌هام/از یوتیوب و توییچ بود.» (P12)

در فضای آموزش ورزش‌های الکترونیکی در ایران، اتکا به منابع آنلاین پراکنده خود به یکی از موانع اصلی یادگیری مؤثر تبدیل شده است. در شرایطی که انبوهی از دانش تخصصی در پلتفرم‌های جهانی در دسترس است، گیمر ایرانی عملاً در وضعیت «در حاشیه» قرار دارد. «تحریم‌های بین‌المللی و فیلترینگ داخلی، دسترسی مستقیم به این منابع را دشوار و اکثراً تمرینات آنلاین به دلیل اینترنت ضعیف، کنسل میشه و باعث میشه هزینه زیادی رو برای حریف تمرینی بدیم تو گیم نت‌ها. موضوع رو پرریسک کرده‌اند.» (P10)

به‌طوری‌که بسیاری از پلتفرم‌ها، ابزارهای تحلیلی و شبکه‌های آموزشی نه‌تنها قابل استفاده نیستند، بلکه برای استفاده از آن‌ها نیاز به مهارت‌های فنی جانبی، ابزارهای دورزننده و گاه هویت‌سازی جعلی است. این وضعیت، فرآیند یادگیری را از یک فرصت رشد، به یک میدان بقا و آزمون فرسایشی بدل کرده است. فراتر از محدودیت‌های فنی، مسأله زبان و بافت فرهنگی نیز در این میان نقشی تعیین‌کننده دارد. بیشتر محتواهای آموزشی موجود به زبان‌هایی چون انگلیسی یا کره‌ای تولید می‌شوند و فهم آن‌ها مستلزم تسلط به زبان تخصصی بازی‌ها، اصطلاحات فنی و الگوهای رفتاری در فضای رقابتی است. برای بسیاری از گیمرهای نوجوان ایرانی، این موضوع یک شکاف فرهنگی محسوب می‌شود. چرا که فرهنگ مسلط بر این آموزش‌ها مبتنی بر الگوهای غربی و شرقی است؛ الگوهایی که بر همکاری آزاد، نقدپذیری، ارتباط بی‌واسطه با مربی یا مشارکت فعال در جوامع آنلاین تکیه دارند؛ ویژگی‌هایی که با فضای محافظه‌کار، انفرادی و گاه محدودکننده‌ی جامعه و خانواده ایرانی همخوانی ندارد.

در کنار این چالش‌ها، حتی وقتی گیمرها موفق به دسترسی به منابع آموزشی می‌شوند، با مشکل دیگری مواجه‌اند: پراکندگی و سطحی بودن محتوا. استریم‌ها، ویدیوهای یوتیوب و انجمن‌های آموزشی اغلب با هدف سرگرمی و جذب مخاطب طراحی شده‌اند؛ در نتیجه، محتوای آن‌ها بر هیجان لحظه‌ای، نمایش مهارت‌های فردی و واکنش‌های احساسی متمرکز است (۵۹).

در امتداد وضعیت حاشیه‌نشینی آموزشی و فقدان زیرساخت‌های حمایتی در ورزش‌های الکترونیکی ایران، مسأله‌ی «حمایت تیمی» نیز به یکی از گره‌های اصلی برای رشد پایدار گیمرها بدل شده است. اگرچه ورزش‌های الکترونیکی ذاتاً مبتنی بر کار تیمی، هماهنگی مستمر و تعامل اجتماعی هستند، اما زیرساخت‌های موجود در ایران، چه از نظر فیزیکی و چه فرهنگی، بستر مناسبی برای شکل‌گیری تیم‌های منسجم و پایدار فراهم نمی‌کنند. فقدان فضای مناسب برای تمرین مشترک، نگاه ابزاری و نتیجه‌محور باشگاه‌ها به بازیکنان و همچنین شکاف‌های فرهنگی میان اعضای تیم از اقلیت‌های مختلف، همگی عواملی‌اند که مانع ایجاد انسجام تیمی و رشد گروهی در عرصه‌ی ورزش‌های الکترونیکی می‌شوند.

در نگاه نخست، پلتفرم‌های مجازی مانند دیسکورد و سرورهای بازی، راه‌حلی کارآمد برای تمرین تیمی در فضای ورزش‌های الکترونیکی ایران به‌نظر می‌رسند؛ بستری که به گیمرها اجازه می‌دهد بدون وابستگی به مکان فیزیکی، به‌طور پیوسته هماهنگ شوند، استراتژی تدوین کنند و حتی تعلق تیمی را تجربه کنند؛ اما تجربه‌های زیسته گیمرهای ایرانی نشان می‌دهد که واقعیت، پیچیده‌تر از کارکرد بالقوه

این فضاها است (۸). زیرساخت اینترنتی ناپایدار، تمرین‌های آنلاین را عملاً به یک قمار تبدیل کرده است. بسیاری از تمرین‌ها به دلیل قطع و وصلی‌های مکرر، پینگ بالا یا افت شدید کیفیت صوتی/تصویری ناتمام می‌مانند یا اصلاً برگزار نمی‌شوند. همان‌طور که یکی از گیم‌رها اشاره کرده: «اکثر تمرینات آنلاین به دلیل اینترنت ضعیف، کنسل میشه و باعث میشه هزینه زیادی رو برای حریف تمرینی بدیم تو گیم نت ها.» (P12)

ضعف در سرمایه‌گذاری انسانی و تیم‌داری ساختاری، فضای تمرین مجازی را به محیطی بی‌ثبات، پرتنش و مستعد حذف تبدیل کرده است. در شرایطی که برد و باخت به معیار ماندن در تیم بدل شده، دیگر فرصتی برای یادگیری جمعی، آزمون و خطا یا پرورش اعتماد وجود ندارد. فضای مجازی در این حالت، نه بستر هم‌افزایی، بلکه میدان رقابت‌های فردگرایانه است که به تضعیف انسجام تیمی منجر می‌شود. چالش‌های فرهنگی و زبانی، حتی در محیط دیجیتال نیز خود را نشان می‌دهند. برای نمونه، یکی از گیم‌رها روایت می‌کند:

«لهجه‌م باعث شد مسخره‌م کنن. اولش شوخی بود، ولی تکراری و تحقیرآمیز شد.» (P11)

فضای مجازی، در نبود چارچوب‌های اخلاقی و مدیریت تیمی، به راحتی می‌تواند به بستری برای بازتولید تبعیض‌های قومی، زبانی و طبقاتی تبدیل شود. در ایران با توجه به وجود قومیت‌های زیادی که به‌عنوان ایرانی در کنار هم زندگی می‌کنند. فضای تمرین مجازی فاقد قوانین رفتاری مشخص، راهنمای اخلاقی یا نظام بازخورد سازمان‌یافته است. در نتیجه، این محیط‌ها به جای آن که با مدیریت تیمی مبتنی بر اصول اخلاقی، احترام متقابل و ارزش‌های حرفه‌ای اداره شوند، بیشتر شبیه فضاهای خودگردان و بی‌ضابطه‌اند. نبود کُد رفتاری باعث می‌شود مرز میان شوخی و توهین، میان رقابت و حذف و میان تفاوت و تبعیض به سادگی نادیده گرفته شود.

بحث و نتیجه‌گیری

تحلیل حاضر نشان می‌دهد که تجربه‌ی زیسته‌ی گیم‌های حرفه‌ای در ایران، واجد مؤلفه‌هایی پیچیده و چندلایه از تقاضاهای شغلی است که در فضایی فاقد زیرساخت‌های حمایتی، به‌ویژه در زمینه‌های روانی، آموزشی و حقوقی، با فشارهایی مزمن و فرساینده همراه شده است. این فشارها صرفاً در قالب خستگی یا اضطراب ساده نمی‌گنجند، بلکه نوعی آشفتگی هویتی و روان‌شناختی را شکل می‌دهند که از نبود چشم‌انداز شغلی روشن، عدم امنیت حرفه‌ای و شکاف عمیق میان تلاش فردی و مشروعیت اجتماعی ناشی می‌شود (۴۱). برخلاف تلقی‌های رایج که اضطراب رقابتی را صرفاً یک اختلال فردی یا آسیب‌شناختی می‌دانند، یافته‌های این مطالعه نشان می‌دهد که ریشه‌های این اضطراب، ماهیتی ساختاری و فرهنگی دارند (۵۶). فشار برای تداوم عملکرد، بدون حضور روان‌شناسان تیمی، منتورها یا حمایت‌های روان‌افزایی، گیم‌رها را در موقعیتی قرار می‌دهد که باید خود را مدیریت کنند، خود را آموزش دهند و همزمان با فشارهای خانوادگی، رسانه‌ای و اقتصادی کنار بیایند. این وضعیت، نوعی زیست‌شناسی اضطراب‌محور را بازتولید می‌کند که در آن، اضطراب نه نشانه‌ای از ضعف، بلکه محصولی ناگزیر از شکاف‌های نهادی است. در بستری که گیمینگ حرفه‌ای هنوز به عنوان «کار» یا «حرفه‌ی مشروع» در رسانه‌ها، خانواده‌ها و نهادهای رسمی شناخته نشده، گیم‌رها ناچارند هم برای بقا بجنگند و هم برای اثبات اینکه اصلاً وجود دارند. آنان در تعلیقی دائمی میان خواستن و نادیده‌گرفته‌شدن زندگی می‌کنند؛ جایی که نیاز به تمرین‌های روزانه‌ی طاقت‌فرسا با انگ «بازی کردنِ بیهوده» تلاقی می‌کند، و هر لحظه از زیست دیجیتال آن‌ها، باید توجیه شود. در این معنا، تقاضاهای شغلی آنان، صرفاً محدود به ساعات تمرین یا استرس رقابتی نیست، بلکه شامل مبارزه‌ای نامرئی برای کسب مشروعیت اجتماعی است. این بحران مشروعیت، اضطراب عملکرد را تشدید و فرسودگی ذهنی را تسریع می‌کند. در چنین شرایطی، مفاهیمی چون سرسختی ذهنی، ذهنیت رشد یا انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، برخلاف بسترهای حمایت‌شده و پرورش‌یافته‌ی جهانی، در ایران بیشتر به‌صورت واکنش‌های اضطراری و دفاعی نسبت به فقدان حمایت‌های رسمی شکل می‌گیرند. آنچه در ادبیات روان‌شناسی عملکرد به عنوان فضیلت‌های فردی شناخته می‌شود، در بافت ایران به ناگزیر به ابزاری برای «تحمل‌پذیری اجباری» بدل شده است. این سرسختی، بیشتر از آنکه حاصل آموزش‌های تدریجی، مربی‌گری هدفمند یا حضور تیم‌های روانی باشد، محصول فرو رفتن مداوم در وضعیت‌های بحرانی و فقدان جایگزین‌های حمایتی است. تحلیل فرهنگی بستر نیز نشان

می‌دهد که درک ایرانی از «کار»، اغلب مبتنی بر سختی فیزیکی، نظم زمانی و خروجی‌های ملموس است. در این میان، فعالیت‌هایی چون گیمینگ که عمدتاً در فضای خصوصی، مجازی و غیرفیزیکی انجام می‌شوند، فاقد نشانه‌های نمادین کار تلقی می‌گردند. در نتیجه، ذهنیت رشد و سرمایه‌های روانی مورد نیاز برای تداوم این مسیر، نه تنها پرورش نمی‌یابند، بلکه در مواجهه با انکار اجتماعی، تحقیر خانوادگی و فشار عملکردی بی‌وقفه، فرسوده می‌شوند؛ بنابراین، «ذهنیت رشد» گیمر ایرانی، اغلب فاقد آن فضاهای حمایتی است که برای شکوفایی‌اش لازم است، و به جای آن، نوعی سرسختی عصبی، اضطرابی و خودکنترلی فرساینده شکل می‌گیرد که پیامدهای بلندمدت آن در سطح روان، هویت و حتی روابط اجتماعی قابل توجه است.

یافته‌های این پژوهش نشان داد که ساختار فعلی ورزش‌های الکترونیکی در ایران فاقد شفافیت، انسجام و پشتیبانی نهادی است. نبود قراردادهای کتبی، استفاده از پیام‌رسان‌های غیررسمی برای آغاز همکاری و فقدان چارچوب‌های قانونی، از جمله مصادیق فرصت توسعه یک نظام حرفه‌ای را نیز از صنعت سلب می‌کند. افزون بر این، نبود اتحادیه‌های صنفی یا سازوکارهای داوری رسمی، گیمرها را در موقعیتی شکننده قرار داده که در آن امکان پیگیری حقوق خود را ندارند (۵۹). فقدان حمایت‌های بیمه‌ای، قراردادهای مکتوب و تعهدات مالی مستمر از سوی باشگاه‌ها، این صنعت را به عرصه‌ای ناامن برای نیروی کار جوان تبدیل کرده است. یکی از نتایج مهم این پژوهش، تأثیر ناپیدا اما عمیق برخی عناصر فرهنگی بر شکل‌گیری الگوهای کاری غیرحرفه‌ای است. در جامعه‌ای که ابراز خواسته‌های مالی، مطالبه قرارداد رسمی یا مذاکره درباره حقوق، با مفاهیمی چون «پول پرستی»، «بی‌معرفتی» یا «عدم تعصب تیمی» همراه است، گیمرها اغلب از پیگیری حقوق خود صرف‌نظر می‌کنند. این شرم اجتماعی، به‌ویژه در میان نوجوانان، منجر به تداوم قراردادهای شفاهی و همکاری‌های غیررسمی شده است. از سوی دیگر، وفاداری هیجانی به تیم، که با ادبیات قهرمانی و غیرت گروهی آمیخته است، باعث می‌شود بازیکن خود را نه یک نیروی متخصص، بلکه عضوی از «خانواده تیم» بداند که باید با فداکاری و بی‌چشم‌داشت تلاش کند. این نوع وفاداری احساسی، از منظر حرفه‌ای‌سازی، به مانعی جدی برای نهادینه‌سازی قواعد قراردادی و اخلاقی تبدیل شده است. در سطح اقتصادی، پژوهش حاضر نشان داد که دسترسی به ابزار، آموزش و فرصت‌های رشد حرفه‌ای به‌شدت طبقاتی است. بسیاری از بازیکنان از طبقات متوسط یا پایین جامعه برای تأمین تجهیزات اولیه مانند کامپیوتر، هدست، میز مناسب و اینترنت پرسرعت ناچار به انجام مشاغل جانبی، قرض گرفتن یا کرایه تجهیزات هستند. در مقابل، بازیکنانی که از طبقات مرفه‌تر می‌آیند، بدون دغدغه اقتصادی وارد مسیر حرفه‌ای‌گری می‌شوند. باشگاه‌ها نیز، به‌جای تأمین هزینه‌های اولیه، بار این تأمین را بر دوش خود بازیکن می‌گذارند. این شکاف اقتصادی، شانس پیشرفت را از بسیاری از استعدادهای بالقوه سلب کرده و باعث شده موفقیت در این صنعت نه مبتنی بر استعداد، بلکه مبتنی بر سرمایه اولیه و پشتوانه خانوادگی باشد. یکی دیگر از یافته‌های مهم، فقدان رسمیت و مشروعیت اجتماعی برای هویت گیمر حرفه‌ای در جامعه ایرانی است. در نظام آموزشی ایران، هیچ جایگاهی برای ورزش‌های الکترونیکی تعریف نشده و هیچ رشته دانشگاهی، آکادمی تخصصی یا دوره‌ی حرفه‌ای در این زمینه وجود ندارد. این در حالی است که در بسیاری از کشورها، حمایت‌های علمی و دانشگاهی از گیمرها به رشد حرفه‌ای آن‌ها منجر شده است (۵۸). در فضای فرهنگی ایران، بازی کردن همچنان نوعی «تفریح بی‌هدف» یا حتی «انحراف» تلقی می‌شود و همین نگاه موجب می‌شود که خانواده‌ها، مدارس و نهادهای دولتی، از حمایت هدفمند بازیکنان خودداری کنند. این شکاف مشروعیتی، مسیر یادگیری را به سمت روش‌های پراکنده، آنلاین و مبتنی بر خودآموزی سوق داده است که با موانعی نظیر فیلترینگ، تحریم و ناآشنایی با زبان تخصصی بازی‌ها نیز همراه است. با وجود اینکه پلتفرم‌های دیجیتال فرصت‌های مهمی برای تمرین تیمی و ارتباط بین گیمرها فراهم می‌کنند، یافته‌ها نشان می‌دهد که این فضاها در ایران به دلیل ضعف زیرساخت‌های فنی، اینترنت ناپایدار، نبود مدیریت اخلاقی و کدهای رفتاری مشخص، به بستری برای بازتولید تبعیض‌های قومی، زبانی و طبقاتی تبدیل شده‌اند. بازیکنان با لهجه، قومیت یا سطح اقتصادی متفاوت، در معرض تحقیر یا طرد قرار می‌گیرند. تمرین‌های آنلاین به دلیل مشکلات فنی مکرر، برگزار نمی‌شوند و در نبود حمایت روانی و ساختار تیم‌داری حرفه‌ای، فضای مجازی به عرصه‌ای برای رقابت فردی و حذفی تبدیل شده، نه همکاری تیمی. این وضعیت، انسجام تیمی را تضعیف کرده و مانع شکل‌گیری گروه‌های حرفه‌ای پایدار در ورزش‌های الکترونیکی شده است.

بر این اساس، پیشنهادات کاربردی برای بهبود شرایط این گروه شغلی جدید عبارت‌اند از: نخست، تقویت منابع مالی و قراردادی از طریق ایجاد قراردادهای کتبی و شفاف، حمایت مالی مستمر باشگاه‌ها و حامیان مالی و توسعه سازوکارهای بیمه و حمایت قانونی برای بازیکنان؛ دوم، توسعه آموزش و مهارت‌ها با راه‌اندازی دوره‌ها و آکادمی‌های تخصصی گیمنینگ، ارائه آموزش‌های روان‌شناختی و مهارت‌های مدیریت اضطراب و فرسودگی و ایجاد برنامه‌های مربی‌گری برای پرورش استعدادهای جوان و تقویت ذهنیت رشد؛ سوم، تقویت حمایت تیمی و اجتماعی از طریق تشکیل تیم‌های حرفه‌ای با ساختار مدیریتی و پشتیبانی روان‌شناختی، ایجاد شبکه‌های حمایتی برای تبادل تجربه و مشاوره و ترویج فرهنگ حمایت از گیمرها در خانواده، مدارس و رسانه‌ها برای کاهش انگ اجتماعی؛ چهارم، بهبود زیرساخت‌ها و دسترسی دیجیتال با ارتقای اینترنت پایدار و تجهیزات مورد نیاز برای تمرین حرفه‌ای، ایجاد پلتفرم‌های آموزشی و تمرینی با قوانین روشن برای بازی‌های تیمی و حذف موانع فنی و زبانی برای دسترسی برابر به منابع آموزشی و رقابتی و در نهایت، نهادینه‌سازی و مشروعیت‌بخشی به حرفه‌ی گیمنینگ از طریق به رسمیت شناختن گیمنینگ حرفه‌ای در سیاست‌گذاری و رسانه‌ها، ایجاد اتحادیه‌های صنفی و سازوکارهای داوری برای حمایت از حقوق بازیکنان و ترویج آگاهی عمومی درباره جایگاه حرفه‌ای گیمرها و ارزش اقتصادی ورزش‌های الکترونیکی. اجرای این اقدامات می‌تواند به کاهش فشارهای روانی، افزایش انگیزش، تقویت منابع حمایتی و ارتقای وضعیت حرفه‌ای گیمرهای ایرانی کمک کند و مسیر حرفه‌ای آنان را در چارچوبی امن و پایدار قرار دهد.

این پژوهش با محدودیت‌هایی همراه بوده که تفسیر و تعمیم نتایج را با احتیاط همراه می‌سازد. نخست آنکه تمرکز پژوهش بر بافت اجتماعی و فرهنگی ایران، با ویژگی‌هایی چون اقتصاد ناپایدار، فیلترینگ گسترده، محدودیت‌های ارتباطی و نگاه منفی عمومی به گیمنینگ، موجب می‌شود که یافته‌ها بیش از آن که قابل تعمیم جهانی باشند، بازتاب‌دهنده‌ی شرایط خاص یک زیست‌بوم محدود باشند؛ دوم، نبود نهادهای رسمی، بانک اطلاعاتی شفاف یا فدراسیون کارآمد در حوزه ورزش‌های الکترونیکی، فرایند شناسایی و دسترسی به مشارکت‌کنندگان را با چالش‌های جدی مواجه کرد و پژوهشگر ناچار به استفاده از شبکه‌های آشنای غیررسمی و روابط درون‌صنفی برای نمونه‌گیری شد؛ موضوعی که احتمال سوگیری و نابرابری در نمایندگی را افزایش می‌دهد؛ سوم، از آنجا که بخش زیادی از تجربیات روایت‌شده دارای بار عاطفی، روانی یا حیثیتی بودند (نظیر تحقیر، فقر یا تبعیض)، برخی مشارکت‌کنندگان ممکن است در بیان خودسانسور کرده یا بخش‌هایی از تجربه‌ی واقعی خود را پنهان کرده باشند؛ چهارم، پژوهش‌های مبتنی بر نظریه تقاضا-منابع شغلی عمدتاً بر خوداظهاری و مطالعات مقطعی متکی هستند و اندازه‌گیری‌های عینی و مطالعات طولی به‌عنوان پایه ندارند. در مجموع، نتایج این پژوهش بیش از آن که به دنبال تعمیم آماری باشد، تلاش می‌کند روایتی ژرف‌نگر از واقعیت‌های کمتر دیده‌شده در دل ساختارهای غیررسمی و گاه آسیب‌زا در حوزه‌ی ورزش‌های الکترونیکی ایران ارائه دهد. پیشنهاد می‌شود مطالعات تطبیقی میان کشورهای دارای شرایط مشابه (همچون ترکیه، مصر یا کشورهای آمریکای لاتین) انجام شود تا ابعاد مشترک یا متمایز تجربه‌ی گیمرهای حرفه‌ای در زمینه‌های فرهنگی و اقتصادی متفاوت آشکار گردد؛ دوم، ضرورت دارد سازوکارهایی برای ایجاد بانک‌های اطلاعاتی رسمی، نقش‌برداری از جامعه‌ی گیمرها و تدوین فهرست‌هایی از تیم‌ها و باشگاه‌های فعال طراحی شود تا در پژوهش‌های آتی، امکان نمونه‌گیری دقیق‌تر و استاندارد فراهم شود؛ سوم، مطالعات آینده می‌توانند با بهره‌گیری از روش‌های ترکیبی، به‌ویژه تکنیک‌های قوم‌نگاری دیجیتال، ثبت مشاهده‌محور رفتار درون‌تیمی، یا تحلیل گفتار در بسترهای زنده‌ی استریم، بر خلأ داده‌های روانی و عاطفی دقیق‌تر غلبه کنند؛ چهارم، به‌کارگیری چارچوب‌های نظری بومی‌سازی‌شده یا تلفیقی، نظیر نظریه‌های خرد اجتماعی، تحلیل گفتمان فرهنگی، یا نظریه‌ی سرمایه‌های روان‌شناختی بومی، می‌تواند فهم عمیق‌تری از روابط قدرت، مشروعیت و تجربه‌ی زیسته در این زمینه به‌دست دهد. همچنین پژوهشگران آتی می‌توانند به بررسی تجربه‌ی والدین، مربیان یا مدیران تیم‌ها نیز بپردازند تا تصویری جامع‌تر و چندصدایی‌تر از زیست‌جهان گیمنینگ حرفه‌ای در ایران شکل گیرد.

ملاحظات اخلاقی: این تحقیق با رعایت کامل اصول اخلاقی انجام شده است. رضایت آگاهانه از تمامی شرکت‌کنندگان اخذ شده، محرمانگی اطلاعات حفظ گردیده و مشارکت به صورت کاملاً داوطلبانه بوده است. پژوهشگران در فرآیند گردآوری و تحلیل داده‌ها

کوشیده‌اند از هرگونه تعصب خودداری کنند. همچنین، بازخورد شرکت‌کنندگان در فرآیند تحقیق لحاظ شده است تا اعتبار یافته‌ها افزایش یابد، بدون آن‌که بر پاسخ‌های آنان تأثیر بگذارد.

حامی مالی: این پژوهش هیچ‌گونه حمایت مالی از منابع خارجی دریافت نکرده است و به صورت کاملاً مستقل، بدون پشتیبانی مالی از سوی سازمان یا مؤسسه‌ای انجام شده است.

مشارکت نویسندگان: تمامی نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش تمامی بخش‌های این مطالعه مشارکت داشته‌اند. آن‌ها به‌طور مشترک در مفهوم‌سازی، روش‌شناسی، گردآوری داده‌ها، تحلیل و تفسیر نتایج همکاری کرده‌اند. همچنین، هر یک از نویسندگان در تدوین و بازبینی نسخه نهایی مقاله نقش داشته و نسخه نهایی را برای ارسال تأیید کرده‌اند.

References

1. Pourmarouf R, Afrouzeh A. A Study on the Participation Levels of E-Sports players in Physical Activities. *Journal of Sport Management and Development*. 2025;14(1):23-48. <https://doi.org/10.22124/jsmd.2025.28611.2931> [In Persian]
2. Pourmarouf R, Afrouzeh A. A Study on The Role Of Social Presence in Media Stickiness During Live Streaming Viewership of E-Sports Among Viewers. *Journal of Sport Management Knowledge*. 2024;2(2):56-76. <https://doi.org/10.22034/jmsk.2025.67331.1121> [In Persian]
3. Mechelin KJ, Liu-Lastres B. Exploring esports players' motivation, experiences, and well-being. *Leisure Studies*. 2025;44(1):140-54. <https://doi.org/10.1080/02614367.2023.2280043>
4. Imanian M, Khatibi A, Raab M, Heydarinejad S, Veisia E, Saemi E. Training of the eSport FIFA enhances cognitive performance of planning and decision making in cognitive tests. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2025:1-14. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2025.2516056>
5. Merry OJ, Whitfield KC. The Landscape of Sexual Harm in the Video Game, Streaming, and Esports Community. *Journal of Interpersonal Violence*. 2025;40(13-14):3307-32. <https://doi.org/10.1177/08862605241271349>
6. Johnson MR, Woodcock J. Work, play, and precariousness: An overview of the labor ecosystem of esports. *Media, Culture & Society*. 2021;43(8):1449-65. <https://doi.org/10.1177/01634437211011555>
7. Gisbert-Pérez J, García-Naveira A, Martí-Vilar M, Acebes-Sánchez J. Key structure and processes in esports teams: a systematic review. *Current Psychology*. 2024;43(23):20355-74. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05858-0>
8. Pourmarouf R, Afrouzeh A, Vatankhah D. Gamers' behavioral intentions for watching live streams of electronic games. *J New Stud Sport Manag*. 2026;7(2):35-51. <https://doi.org/10.22103/jnssm.2025.24793.1363>
9. Jadeja S, Patel B, Vasa J. Agile transformation in the gaming sector: The role of Riot Games case study in shaping industry competitiveness. In: Senjyu T, So-In C, Joshi A, editors. *Smart trends in computing and communications*. SmartCom 2025. Lecture Notes in Networks and Systems. Vol. 1457. Singapore: Springer; 2026. p. 36. https://doi.org/10.1007/978-981-96-7496-1_36
10. Welsh MR, Mosley E, Laborde S, Day MC, Sharpe BT, Burkill RA, Birch PDJ. The use of heart rate variability in esports: A systematic review. *Psychol Sport Exerc*. 2023;69:102495. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102495>
11. Mosley E, Laborde S. A scoping review of heart rate variability in sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 2024;17(2):773-847. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2092884>
12. Paiva LP, Alves Evangelista LDM, Foloni ML. Esports athletes in Brazil: history and law. *Gaming Law Review*. 2022;26(2):90-7. <https://doi.org/10.1089/glr2.2021.0014>
13. Drewes M, Daumann F, Follert F. Exploring the sports economic impact of COVID-19 on professional soccer. *COVID-19 and the Soccer World*: Routledge; 2022. p. 130-42. <https://doi.org/10.1080/14660970.2020.1802256>



14. Chadwick S. From utilitarianism and neoclassical sport management to a new geopolitical economy of sport. *European Sport Management Quarterly*. 2022;22(5):685-704. [https://doi: 10.1080/16184742.2022.2032251](https://doi.org/10.1080/16184742.2022.2032251)
15. Czegledy PK. Esports integrity policies. *Gaming law review*. 2021;25(4):161-70. <https://doi.org/10.1016/j.peh.2025.100352>
16. Johnson MR, Woodcock J. The impacts of live streaming and Twitch.tv on the video game industry. *Media, Culture & Society*. 2018;41(5):670–688. <https://doi.org/10.1177/0163443718818363>
17. Brakenridge CL, Silverwood A, Ashley DP, Healy GN, Goode AD, Parker SL, et al. Are psychosocial work environments associated with physical activity and sitting during work time? A systematic review and meta-analysis. *Work Stress*. 2026:1–33. <https://doi.org/10.1080/02678373.2026.2633716>
18. Tummers LG, Bakker AB. Leadership and job demands-resources theory: A systematic review. *Frontiers in Psychology*. 2021;12:722080. [https://doi: 10.3389/fpsyg.2021.722080](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.722080)
19. Bakker AB, Demerouti E, Sanz-Vergel A. Job demands–resources theory: Ten years later. *Annual review of organizational psychology and organizational behavior*. 2023;10(1):25-53. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-120920-053933>
20. Bakker AB, Demerouti E. Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*. 2017;22(3):273. [https://doi: 10.1037/ocp0000056](https://doi.org/10.1037/ocp0000056)
21. Bakker AB, Demerouti E, Sanz-Vergel AI. Burnout and work engagement: The JD–R approach. *Annual review of organizational psychology and organizational behavior*. 2014;1(2014):389-411. [https://doi: 10.1146/annurev-orgpsych-031413-091235](https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-031413-091235)
22. Bakker AB, Demerouti E. Job demands-resources theory: Frequently asked questions. *J Occup Health Psychol*. 2024;29(3):188-200. [https://doi: 10.1037/ocp0000376](https://doi.org/10.1037/ocp0000376)
23. Hackman JR, Oldham GR. Motivation through the design of work: Test of a theory. *Organizational behavior and human performance*. 1976;16(2):250-79. [https://doi.org/10.1016/0030-5073\(76\)90016-7](https://doi.org/10.1016/0030-5073(76)90016-7)
24. Karasek Jr RA. Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*. 1979:285-308. <http://dx.doi.org/10.2307/2392498>
25. Siegrist J. Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*. 1996;1(1):27. [https://doi: 10.1037/1076-8998.1.1.27](https://doi.org/10.1037/1076-8998.1.1.27)
26. Hobfoll SE, Halbesleben J, Neveu J-P, Westman M. Conservation of resources in the organizational context: The reality of resources and their consequences. *Annual review of organizational psychology and organizational behavior*. 2018;5(1):103-28. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032117-104640>
27. Moreno R, Chamorro JL, López de Subijana C. Employee-athletes: exploring the elite Spanish athletes' perceptions of combining sport and work. *Frontiers in Psychology*. 2021;12:633133. [https://doi: 10.3389/fpsyg.2021.633133](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.633133)
28. Schaufeli WB. Work engagement in Europe: Relations with national economy, governance and culture. *Organizational Dynamics*. 2018;47(2):99-106. [https://doi: 10.13140/RG.2.2.10491.31520](https://doi.org/10.13140/RG.2.2.10491.31520)
29. Pendell K. Behind the wall: An exploration of public access to research articles in social work journals. *Advances in Social Work*. 2018;18(4):1041-52. [https://doi: 10.18060/22180](https://doi.org/10.18060/22180)
30. Arenyeka UV, Akporehe DA, Nabofa OE. Matching school sports managers' job demands with resources for optimal performance in Nigeria. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*. 2024;13:19-. <https://doi.org/10.6018/sportk.539591>
31. Jones RA, Mahoney JW, Gucciardi DF. On the transition into elite rugby league: Perceptions of players and coaching staff. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*. 2014;3(1):28. [https://doi: 10.1037/spy0000013](https://doi.org/10.1037/spy0000013)
32. Stambulova N, Henriksen K. Career transitions in sport: Bridging holistic developmental and ecological approaches. *Psychology of Sport and Exercise*. 2025:102900. [https://doi: 10.1016/j.psychsport.2025.102900](https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2025.102900)
33. Babbie ER. The practice of social research. 15th ed. Boston (MA): Cengage Learning; 2020. Available from: <https://books.google.com/books?id=IFvjDwAAQBAJ>



34. Krathwohl DR. Methods of educational and social science research: The logic of methods. Long Grove (IL): Waveland Press; 2009. Available from: <https://books.google.com/books?id=8vFZAAAAYAAJ>
35. Fuster Guillen DE. Qualitative research: Hermeneutical phenomenological method. Journal of Educational Psychology-Propositos y Representaciones. 2019;7(1):217-29. [https://doi: 10.1080/00131857.2022.2138745](https://doi.org/10.1080/00131857.2022.2138745)
36. Wilde DJ, Murray CD. The evolving self: Finding meaning in near-death experiences using Interpretative Phenomenological Analysis. Mental Health, Religion and Culture. 2009;12(3):223-39. [https://doi: 10.1080/13674670802334910](https://doi.org/10.1080/13674670802334910)
37. Braun V, Clarke V. Using thematic analysis in psychology. Qualitative research in psychology. 2006;3(2):77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
38. Ahmed SK, Mohammed RA, Nashwan AJ, Ibrahim RH, Abdalla AQ, Amin BM, et al. Using thematic analysis in qualitative research. Journal of Medicine, Surgery, and Public Health. 2025;6:100198. [https://doi:10.1016/j.glmedi.2025.100198.39](https://doi.org/10.1016/j.glmedi.2025.100198.39)
39. Guba EG, Lincoln YS. Fourth generation evaluation. Newbury Park (CA): Sage Publications; 1989. Available from: <https://books.google.com/books?id=0v9HAAAAMAAJ>
40. Younas A, Fábregues S, Durante A, Ali P. Providing English and native language quotes in qualitative research: A call to action. Nursing Open. 2022;9(1):168-74. [https://doi: 10.1002/nop2.1115](https://doi.org/10.1002/nop2.1115)
41. Pedraza-Ramirez I, Musculus L, Raab M, Laborde S. Setting the scientific stage for esports psychology: A systematic review. International Review of Sport and Exercise Psychology. 2020;13(1):319-52. [https://doi: 10.1080/1750984X.2020.1723122](https://doi.org/10.1080/1750984X.2020.1723122)
42. Nicholls AR, Polman RC, Levy AR, Backhouse SH. Mental toughness, optimism, pessimism, and coping among athletes. Personality and individual differences. 2008;44(5):1182-92. [https://doi: 10.1016/j.paid.2007.11.011](https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.11.011)
43. Kashani, V. O., Mokaberian, M., Mostafaifar, E. Psychometric Properties of the Persian Version of Mindfulness Inventory for Sport (MIS). Journal of Sports and Motor Development and Learning, 2017; 9(3): 423-443. <https://doi.org/10.22059/jmlm.2017.135776.994> **[In Persian]**
44. Hanton S, Wadey R, Connaughton D. Debilitative interpretations of competitive anxiety: A qualitative examination of elite performers. European Journal of Sport Science. 2005;5(3):123-36. [https://doi: 10.1080/17461390500238499](https://doi.org/10.1080/17461390500238499)
45. Seddighian SF, Javadi MH, Rezaei S, Zebardast A. The Effect of Aerobic Exercise Training Program on Mental Health and Body Image Concern of Women with Obesity Stigma. Journal of Health Psychology. 2020;9(34):137-54. <https://doi.org/10.30473/hpj.2020.50959.4684> **[In Persian]**
46. Machado S, de Oliveira Sant'Ana L, Travassos B, Monteiro D. Anodal Transcranial Direct Current Stimulation Reduces Competitive Anxiety and Modulates Heart Rate Variability in an eSports Player. Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health: CP & EMH. 2022;18:e174501792209270. [https://doi: 10.2174/17450179-v18-e2209270](https://doi.org/10.2174/17450179-v18-e2209270)
47. Röthlin, P., Taylor, S., Håkansson, A., & Claussen, M. C. (2023). Sports psychology and sports psychiatry together for athletes' mental health [Editorial]. Sports Psychiatry: Journal of Sports and Exercise Psychiatry, 2(4), 119–120. <https://doi.org/10.1024/2674-0052/a000062>
48. Tilly C. Durable inequality: University of California Press Berkeley; 1998. <https://doi.org/10.1525/9780520924222>
49. Fuchs C, Sevignani S. What is digital labor? What is digital work? What is their difference? Moreover, why do these questions matter for understanding social media? TripleC: Communication, capitalism & critique Open access journal for a global sustainable information society. 2013;11(2):237-93. <https://doi.org/10.31269/triplec.v11i2.461>
50. Macgregor D. Nintendonitis? A case report of repetitive strain injury in a child as a result of playing computer games. Scottish Medical Journal. 2000;45(5):150-. [https://doi:10.1177/003693300004500507](https://doi.org/10.1177/003693300004500507)



51. Ng Y-L, Chan K, Balwicki L, Huxley P, Chiu M. The Digital Divide, social inclusion and health among persons with mental illness in Poland. *International Journal of Communication*. 2019;13:1652-72. <https://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/10584>
52. Hong Y, Zeng ML. International classification of diseases (ICD). KO Knowledge Organization. 2023;49(7):496-528. <https://doi:10.5771/0943-7444-2022-7-496>
53. Ghasemi M, Jouyami EN. The role of employees' perception of Supervisor's listening On Emotional Fatigue, Exit Intension and Organizational Citizenship Behavior. *Governance and Development Journal*. 2021;1(3):79-102. <https://doi:10.22111/jipaa.2021.153772> **[In Persian]**
54. Johri A. Cashing in on the esports phenomenon: Increasing awareness on ethical issues and governance challenges. *J Sports L Pol'y & Governance*. 2020;2:41. <https://doi: 10.1016/j.peh.2025.100352>
55. Ansari P, Aliverdinia A, Sahrepour M, Razeghi N. Sociological Explanation of University Students' Deviant Behaviors: An Empirical Test of Braithwaite's Reintegrative Shaming Theory. *Sociology of Culture and Art*. 2024;6(2):32-57. <https://doi: 10.22034/scart.2024.139606.1351> **[In Persian]**
56. Asgarizadeh A, Ghanbari S. Investigating shame-proneness from the perspectives of attachment and mentalization theories. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2022;11(3):101-14. <https://doi.org/10.29252/rooyesh> **[In Persian]**
57. Samieyan M, Behyan S, Kianpou M. Investigating the Religious Effect on the Experience of Citizens' Shame (Case study: Citizens 15 years old up to Isfahan city). *Two Quarterly Journal of Contemporary Sociological Research*. 2018;6(11):75-101. <https://doi: 10.52547/JPS.21.109.53> **[In Persian]**
58. Beauteemps J, Bresges A. What comprises a successful educational science YouTube video? A five-thousand-user survey on viewing behaviors and self-perceived importance of various variables controlled by content creators. *Frontiers in Communication*. 2021;5:600595. <https://doi: 10.3389/fcomm.2020.600595>

