

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2026.89.57.019

Социально-психологическая адаптация студентов, занимающихся компьютерным спортом

Сапронов Максим Сергеевич

Аспирант,
руководитель Проекта «Киберспорт МПГУ»,
119991, Российская Федерация, Москва, ул. Малая Пироговская, 1/1;
Московский педагогический государственный университет,
119571, Российская Федерация, Москва, просп. Вернадского, 88;
e-mail: maxcrys@gmail.com

Аннотация

Среди особенностей современного студента можно выделить увлечения видеоиграми и (или) киберспортом. Некоторые психологи и публицисты видят в этом проблему, а некоторые — возможности. Например, в исследовании Ф.Г. Газизова отмечается, что участие в киберспортивной команде способствует развитию социальных навыков [Газизов, Илюшин, Хисамиев, Илюшина, 2024, с. 135], в работе М.С. Сапронова рассматривается мнение публичных деятелей Российской Федерации, которые призывают полноценно развивать компьютерный спорт и видят в нём потенциал [Сапронов, Степанова, 2022, с. 99–100], а Е.С. Воронова считает, что киберспорт может способствовать формированию или стимулированию патриотизма [Воронова, 2024, с. 33–34]. С другой стороны, в исследовании Е.С. Вороновой сказано, что неконтролируемое использование компьютерного спорта может привести к социальной изоляции и игровой зависимости [Воронова, 2024, с. 32–33]. А.П. Коротышев в своём исследовании приводит аргументы А.Е. Белянцева, А.А. Бушуева, И.Б. Лебедева, Л.Н. Никитиной и В.Г. Пахомовой, которые заключаются во мнении, что компьютерный спорт может влиять на искажение сознания играющих в видеоигры и что необходимо их (видеоигры) запретить. Также есть мнение Т.Д. Лопатинской и Д.Е. Прокудина, что видеоигры препятствуют развитию общества в целом [Коротышев, Рыхтик, 2019, с. 31]. На основе мнений публицистов мы поставили перед собой задачу, суть которой заключалась в исследовании студентов, занимающихся киберспортом, с целью разработки Программы для их социально-психологической адаптации. В статье также были упомянуты исследования, проведённые в рамках Проекта «Киберспорт МПГУ», ставшие основой для разработки Программы. Полученные результаты позволили сформировать Программу социально-психологической адаптации студентов-киберспортсменов и оценить её эффективность.

Для цитирования в научных исследованиях

Сапронов М.С. Социально-психологическая адаптация студентов, занимающихся компьютерным спортом // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2026. Т. 15. № 7А. С. 189-201. DOI: 10.34670/AR.2026.89.57.019

Ключевые слова

Киберспорт, социально-психологическая адаптация, компьютерный спорт, МПГУ, программа социально-психологической адаптации.

Введение

Несмотря на свою относительно долгую и местами феноменальную историю, компьютерный спорт в России все еще находится на стадии зарождения. Несмотря на то, что наша страна первой в мире признала киберспорт видом спорта, из-за его специфики и рядом иных сомнительных, в сравнении с традиционными видами спорта, критериев, впоследствии компьютерный спорт потерял свой «спортивный» статус и повторно вернул его лишь относительно недавно – в 2016 году, а годом спустя был переведен в особый раздел и начал развиваться на общероссийском уровне наравне с популярными и востребованными традиционными видами спорта [Сапронов, Степанова, 2022, стр. 98-99].

Цифровизация современного общества, доступность интернет-технологий, а также возрастающая популярность видеоигр вновь актуализируют проблему социальной изоляции молодого поколения. Около трети студентов, по данным исследований, имеют проблемы с поведением [Учёные РАО провели исследование, 2025], некоторые студенты, поступившие на первый курс, испытывают чувства «одинокости», а часть, согласно исследованию Н.П. Дедова – предпочитают реальному общению интернет-коммуникацию [Дедов, 2017, стр. 132]. Существующие программы по социальной адаптации студентов, в первую очередь, носят массовый характер и не всегда учитывают специфику и интересы студентов, занимающихся киберспортом или не учитывают их специфику вовсе.

Материалы и методы

Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы: метод-контент анализа, методы статистической обработки, метод наблюдения, метод опроса (анкетирования) и метод эксперимента.

Процедура и выборка

В анкетировании приняли участие 93 респондента из российских вузов, среди которых студенты МПГУ – 45 (48,39%), из которых 15 представителей сборной команды; и студенты других вузов, преимущественно московских, среди которых были студенты РТУ МИРЭА, РГАУ-МСХА им. К.А. Тимирязева, МГТУ им. Н.Э. Баумана и др. – 48 (51,61%), 16 студентов из которых были представителями сборной. Возраст респондентов составил от 17 до 24 лет, где 17 лет (11 или 11,83%), 18-21 (70 или 75,27%), 22-24 (12 или 12,9%).

Литературный обзор

Современные походы к социальной адаптации студентов первых курсов университетов и вузов, зачастую в своей основе содержат концепцию педагогической поддержки, как ключевого механизма успешной интеграции студента в студенческую среду вуза, сказано в работе Э.Ф. Насыровой [Насырова, Рыбальченко, 2024, стр. 61]. Сущность этой интеграции раскрывается через понятие социально-психологической адаптации студентов, которая представляет собой динамический процесс активной интеграции индивида в новое социальное пространство (в данном случае, в вуз), пишет Л.С. Елгина, эффективность этой интеграции определяется достижением сформированных устойчивых коммуникативных связей с одноклассниками, сотрудниками вуза, усвоением и принятием норм, традиций, нормативной

базы, ценностей вуза [Елгина, 2010, стр. 162-166].

Исследователи В.И. Колесов, Т.В. Седлецкая, Е.О. Латышева В.Г. Попов, В.В. Карпов Л.К. Фортова, М.С. Фабриков в своих работах по-разному интерпретируют и разделяют понятия социализации и социальной адаптации, зачастую, различая их как процесс формирования личности, в рамках которого происходит усвоение индивидом социальных норм, усвоение общепринятых ценностей (в том числе культурных), позволяющих индивиду полноценно интегрироваться в общество и стать его полноправным членом, и как некий механизм интеграции уже сложившиеся личности в новые для нее социокультурные условия, как некий процесс приспособления индивида к новой социальной среде. Стоит отметить, что публицисты отмечают, что процесс адаптации может проходить не только обозначенный выше индивид, но и социальные группы, институты, социум в целом [Колесов, Седлецкая, Латышева, 2013, с. 116–120; Попов, Карпов, 2013, с. 149–152; Фортова, Фабриков, 2015, с. 713–716].

Анализируя работы, в которых затрагиваются исследования современных подходов к социальной адаптации студентов в педагогических науках, можно обнаружить закономерность, что при социально-психологической адаптации студента учитывается направление его подготовки, благодаря чему формируется уникальный процесс адаптации к вузовской среде, который делает акцент на академической и внеурочной деятельности, сказано в публикации Э.Ф. Насыровой, Ю.С. Рыбальченко [Насырова, Рыбальченко, 2024, стр. 63-64].

Внеурочная деятельность, по мнению Л.С. Елгиной, подразумевает участие студента в вузовских мероприятиях и в жизни университета в целом, а также участие в студенческом самоуправлении, которое раскрывается через различные студенческие клубы, спортивные или тематические мероприятия, интересные студентам, в число которых входят киберспорт и студенческие киберспортивные клубы [Елгина, 2010, стр. 164-167].

В публикации А.П. Коротышева, П.П. Рыхтика и в публикации Е.С. Плотниковой говорится, что социально-психологической адаптации способствует создание специального сообщества или клуба. Подобный клуб предлагает объединение вокруг общих интересов и участие в совместных проектах. При грамотной организации и управлении подобным клубом, у его участников улучшается самооценка, снижается уровень тревожности и, при поставленной задаче, возможно формирование гражданской идентичности и патриотизма [Коротышев, Рыхтик, 2019, с. 34–36; Плотникова, 2021, с. 132–133, с. 138].

В современной научной литературе компьютерный спорт рассматривается как одна из форм досуга, предоставляющая уникальные возможности для формирования социальных связей. В мире, в котором технологии и социальные сети играют важную роль в жизни студента, наличие единомышленников и разделяющего интересы студента-геймера сообщества становится актуальным в вузах, выражает мнение Е.С. Воронова [Воронова, 2024, с. 32–34; Газизов, Илюшин, Хисамиев, Илюшина, 2024, с. 139], что, в свою очередь, приводит к созданию подобных сообществ, пишет Ю.А. Балукова [Балукова, 2024, стр. 474-475].

Однако, такие студенческие сообщества должны учитывать специфику своей аудитории, ведь студенты, увлекающиеся видеоиграми, нередко демонстрируют склонность к уединению, предпочитая интернет-коммуникацию живому общению, что в свою очередь, способствует ресоциализации или асоциальному поведению, что в совокупности может влиять на коммуникацию в целом, сказано в работе Р. Коверта, Э. Домахиди и Т. Квандта [Kowert, Domahidi, Quandt, 2014, стр. 447-453].

Эффективным способом социальной адаптации можно назвать организацию (с последующим проведением) соревнований, турниров и фестивалей на регулярной основе. На

подобных мероприятиях участники устанавливают друг с другом различные связи, благодаря которым, они, участники, могут обрести друзей, найти единомышленников, могут обмениваться опытом, знаниями, хитростями, тактикой и советами. Подобная практика способствует улучшению коммуникативных навыков и повышению мотивации (к учебе), выражают мнение И.А. Бодакин, В.В. Солодников и В.И. Тимофеева [Бодакин, 2023, с. 1; Солодников, Тимофеева, 2020, с. 167–171].

Ф.Г. Газизов, О.В. Илюшин, И.М. Хисамиев, П.О. Илюшина также пишут о том, что студенческий компьютерный спорт может выступать как средство социальной адаптации для студентов, испытывающих трудности в традиционных формах коммуникации. Это подтверждается исследованиями, которые указывают на то, что вовлечение в киберспортивные сообщества способствует повышению самооценки [Газизов, Илюшин, Хисамиев, Илюшина, 2024, стр. 137-141].

Анализ предоставленных материалов позволяет выявить ряд существенных пробелов в исследованиях социальной адаптации студентов, занимающихся киберспортом, особенно в контексте использования студенческого киберспортивного клуба, как инструмента социальной адаптации, что выражается в отсутствии методологии или разработанных программ в открытом доступе. Таким образом, существует необходимость в разработке (с последующей апробацией) программы социальной адаптации студентов вузов с использованием киберспорта, что и выступило целью нашего исследования.

Обсуждение Результатов

Предлагаемая нами Программа основывается на нашем эксперименте, проведенном на базе Проекта «Киберспорт МПГУ». Совместно с анализом теоретического материала, созданию и корректировке Программы послужили исследовательские работы, проведенные с 2018 по 2022 год: «Современные проблемы развития киберспорта в России и пути их решения» [Сапронов, Крюков, Рытова, 2019, стр. 245-251], «Перспективы формирования положительного представления о здоровом образе жизни посредством использования компьютерного спорта» [Сапронов, 2021, стр. 262-267], и «Развитие компьютерного спорта в российской федерации как задача государственного значения» [Сапронов, Степанова, 2022, стр. 98-102].

Опираясь на полученные данные, нами была разработана Программа социально-психологической адаптации студентов, занимающихся компьютерным спортом с помощью студенческого киберспорта в высшем учебном заведении табл. 1.

Таблица 1 – Программа социально-психологической адаптации студентов, занимающихся компьютерным спортом

№ п/п	Наименование	Описание
1.	Цель программы	обеспечение успешной социально-психологической адаптации студентов через вовлечение в деятельность студенческого киберспортивного проекта.
2.	Задачи Программы	- развить навыки межличностного взаимодействия; - развить или совершенствовать коммуникативные компетенции через формирование культуры общения в цифровой среде, взаимном уважении друг к другу и к своему оппоненту; - стимулировать личностный рост и оказывать содействие проявлению лидерских качеств через вовлечение в организаторскую деятельность; - сформировать устойчивый интерес к студенческой жизни в МПГУ; - вовлечь студентов в культурно-досуговую жизнь вуза; - привить принципы цифровой гигиены, норм субординации.

№ п/п	Наименование	Описание										
3.	Этапы реализации Программы											
3.1.	Подготовительный этап	- разработка и регламентирование правил, норм поведения; - разработка календаря соревнований и тематических мероприятий; - разработка Положения и регламента для предстоящих соревнований; - формирование инициативной группы; - определение базовых ценностей, норм и этических ориентиров клуба; - подготовка нормативных документов: регламент участия, кодекс поведения, положения о соревнованиях; - обсуждение возможных направлений деятельности: киберспорт, неформальные сообщества, медиа; - определение приоритетных дисциплин, поиск базовой техники, тестирование платформ; - первичный набор участников, знакомство, диагностика мотивации и уровня подготовки; - формирование структуры клуба: руководители, кураторы, участники; - набор участников; - обучение кураторов, медиа команды.										
3.2.	Основной этап	<table><tr><td>Организационно-информационный блок</td><td> - презентация Проекта на тематических мероприятиях Вуза, в том числе участие во всех мероприятиях, направленных на знакомства первокурсников с «жизнью вуза»; - знакомство с кураторами дисциплин, руководителями и активистами; - ознакомление с правилами поведения в сети, политикой пресечений любого проявления токсичности, ознакомление с нормами поведения в целом и механизмами санкций; - запуск регулярных тренировок, собраний, распределение ответственности; </td></tr><tr><td>Командообразующий блок</td><td> - командные турниры «Кубок Осени»/ «Кубок Весны», объединяющие «одиночных» игроков в команды; - локальные (очные) турниры для одиночных игроков или для напарников; - проведение внутриуниверситетских соревнований и тематических встреч. </td></tr><tr><td>Воспитательные и профилактический блок</td><td> - собрания и инструктажи, связанные с профилактикой норм и культуры общения и взаимного уважения, - профилактика конфликтных ситуаций в командах и внутренних сообществах; - публичные санкции, связанные с нарушением правил: дисквалификации, временные или перманентные отстранения, штрафные санкции на турнирах (снятие очков). </td></tr><tr><td>Культурно-досуговый</td><td> - тематические мероприятия по «не киберспортивным» направлениям (например, встреча любителей Genshin Impact); - викторины и конкурсы; - открытые тренировки; - экскурсии; - студенческие выезды на спортивно-оздоровительный отдых и на форумы; - участие в общеуниверситетских мероприятиях (фестиваль первокурсника, день открытых дверей, спартакиада); </td></tr><tr><td>Мотивационный блок</td><td> - создание группы активистов и добровольцев, системы рейтинга, с помощью которого активные участники могут получать баллы за участие в мероприятиях, которые, впоследствии, могут обменять на сувениры вуза. </td></tr></table>	Организационно-информационный блок	- презентация Проекта на тематических мероприятиях Вуза, в том числе участие во всех мероприятиях, направленных на знакомства первокурсников с «жизнью вуза»; - знакомство с кураторами дисциплин, руководителями и активистами; - ознакомление с правилами поведения в сети, политикой пресечений любого проявления токсичности, ознакомление с нормами поведения в целом и механизмами санкций; - запуск регулярных тренировок, собраний, распределение ответственности;	Командообразующий блок	- командные турниры «Кубок Осени»/ «Кубок Весны», объединяющие «одиночных» игроков в команды; - локальные (очные) турниры для одиночных игроков или для напарников; - проведение внутриуниверситетских соревнований и тематических встреч.	Воспитательные и профилактический блок	- собрания и инструктажи, связанные с профилактикой норм и культуры общения и взаимного уважения, - профилактика конфликтных ситуаций в командах и внутренних сообществах; - публичные санкции, связанные с нарушением правил: дисквалификации, временные или перманентные отстранения, штрафные санкции на турнирах (снятие очков).	Культурно-досуговый	- тематические мероприятия по «не киберспортивным» направлениям (например, встреча любителей Genshin Impact); - викторины и конкурсы; - открытые тренировки; - экскурсии; - студенческие выезды на спортивно-оздоровительный отдых и на форумы; - участие в общеуниверситетских мероприятиях (фестиваль первокурсника, день открытых дверей, спартакиада);	Мотивационный блок	- создание группы активистов и добровольцев, системы рейтинга, с помощью которого активные участники могут получать баллы за участие в мероприятиях, которые, впоследствии, могут обменять на сувениры вуза.
Организационно-информационный блок	- презентация Проекта на тематических мероприятиях Вуза, в том числе участие во всех мероприятиях, направленных на знакомства первокурсников с «жизнью вуза»; - знакомство с кураторами дисциплин, руководителями и активистами; - ознакомление с правилами поведения в сети, политикой пресечений любого проявления токсичности, ознакомление с нормами поведения в целом и механизмами санкций; - запуск регулярных тренировок, собраний, распределение ответственности;											
Командообразующий блок	- командные турниры «Кубок Осени»/ «Кубок Весны», объединяющие «одиночных» игроков в команды; - локальные (очные) турниры для одиночных игроков или для напарников; - проведение внутриуниверситетских соревнований и тематических встреч.											
Воспитательные и профилактический блок	- собрания и инструктажи, связанные с профилактикой норм и культуры общения и взаимного уважения, - профилактика конфликтных ситуаций в командах и внутренних сообществах; - публичные санкции, связанные с нарушением правил: дисквалификации, временные или перманентные отстранения, штрафные санкции на турнирах (снятие очков).											
Культурно-досуговый	- тематические мероприятия по «не киберспортивным» направлениям (например, встреча любителей Genshin Impact); - викторины и конкурсы; - открытые тренировки; - экскурсии; - студенческие выезды на спортивно-оздоровительный отдых и на форумы; - участие в общеуниверситетских мероприятиях (фестиваль первокурсника, день открытых дверей, спартакиада);											
Мотивационный блок	- создание группы активистов и добровольцев, системы рейтинга, с помощью которого активные участники могут получать баллы за участие в мероприятиях, которые, впоследствии, могут обменять на сувениры вуза.											

№ п/п	Наименование	Описание	
		Образовательный блок	- обучающие курсы по проведению прямых эфиров (стримам) с отработкой практических навыков на соревнованиях; - обучающие курсы по фото- и видеосъемке с последующей интеграцией в студенческие медиа; - обучающие курсы по SMM, правилам интервьюирования и редактуры, с последующим ведением официальной группы в социальных сетях.
		Интеграционный блок	- включение проекта в официальные структуры вуза (фестиваль первокурсника, день открытых дверей, спартакиада); - участие во внешних соревнованиях, отстаивая честь вуза. - развитие кураторской системы (передача опыта), формирование устойчивых сообществ внутри проекта по дисциплинам (видеоиграм); - поддержка на выездных и онлайн-мероприятиях, защита интересов студентов.
3.3.	Завершающий этап	- поддержка преемственности: передача ролей новым кураторам и лидерам; - официальная отчетность по результатам программы; - подведение итогов года, награждение активистов; - реализация карьерного сопровождения студентов и выпускников; - расширение направлений работы.	
4.	Ресурсы, необходимые для реализации Программы	- кадровые ресурсы: реализация Программы обеспечивается сотрудниками Управления воспитательной работы и молодежной политики МПГУ, студентами-активистами и магистрантами, выполняющих роль кураторов и организаторов, аспирантами (сотрудниками МПГУ); - временные ресурсы: в рабочие дни с 10:00 до 18:00, в дни соревнований с 7:00 до окончания соревнований; - организационные ресурсы: разработка Программ, Положений, регламентов, расписания осуществляется сотрудниками Управления воспитательной работы и молодежной политики МПГУ.	
5.	Продолжительность реализации Программы	- 6 месяцев-1 учебный год.	
6.	Ожидаемые результаты	- снижение уровня агрессии, конфликтности и токсичного поведения в онлайн и офлайн среде; - прирост участников; - рост мотивации к участию в студенческой жизни или в соревнованиях; - формирование дружеских отношений; - поддержка эмоционального состояния первокурсников за счёт включения сообщества; - увеличение охватов в СМИ; - увеличение аудитории, появление новых лидеров и организаторов.	
7.	Информация в СМИ	- на сайте МПГУ в разделе «студенческий мир» и подразделе «Управление воспитательной работы и молодежной политики»; - в группе ВКонтакте «Киберспорт МПГУ»; - в иных сми (упоминается).	

Обсуждение

Для проверки эффективности программы использовались следующие методы:

Нами был проведено анкетирование студентов в 2023 году, в котором студентам,

занимающимся компьютерным спортом, предлагалось провести оценку работы киберспортивной организации вуза по 5-бальной шкале, где оценка 5 была наилучшим результатом, а 1 – наихудшим. Для удобства наблюдения группа Студентов МПГУ (без представителей сборных) была названа – «Группа А», представители сборной МПГУ, на которых тестировалась программа, были названы – «Группа Б», студенты других вузов (без представителей сборных) были названы – «Группа С», представители сборных других вузов были названы – «Группа Г». Результаты средних значений анкетирования приведены в табл. 2.

Таблица 2 – Результаты анкетирования студентов

№ п/п	Задаваемый вопрос	Группа А	Группа Б	Группа С	Группа Г
1.	Оценка удовлетворенности работы вузовской Киберспортивной организацией	3,57	4,27	3,63	3,81
2.	Оценка качества работы структурных подразделений киберспортивной направленности в Вашем учебном учреждении	3,47	4,40	3,38	3,13
3.	Оценка активности участия в киберспортивных мероприятиях, турнирах внутри вуза	2,73	4,47	2,00	3,31
4.	Оценка качества сопровождения или курирования внутри вузовской киберспортивной организации	3,47	4,47	3,44	3,00

Для проверки наличия статически значимых различий между показателями изучаемых групп мы применили U-критерий Манна-Уитни. Результаты представлены в табл. 3.

Таблица 3 – Результаты сравнения групп по U-критерию Манна-Уитни

№ п/п	Задаваемый вопрос	Сравниваемые группы	
		Группа Б и Группа Г	Группа А и Группа Б
1.	Оценка удовлетворенности работы вузовской Киберспортивной организацией	U=100, p≈0.44	U=149, p≈0.56
	Средний ранг	Группа Б = 17.33	Группа А = 20.47
	Средний ранг	Группа Г = 14.75	Группа Б = 28.07
2.	Оценка качества работы структурных подразделений киберспортивной направленности в Вашем учебном учреждении	U=66, p≈0.03	U=109.5, p≈0.004
	Средний ранг	Группа Б = 19.60	Группа А = 19.15
	Средний ранг	Группа Г = 12.63	Группа Б = 30.70
3.	Оценка активности участия в киберспортивных мероприятиях, турнирах внутри вуза	U=70.5, p≈0.049	U=87, p≈0.001
	Средний ранг	Группа Б = 19.30	Группа А = 18.40
	Средний ранг	Группа Г = 12.91	Группа Б = 32.20
4.	Оценка качества сопровождения или курирования внутри вузовской киберспортивной организации	U=43.5, p≈0.002	U=107, p≈0.003
	Средний ранг	Группа Б = 21.10	Группа А = 19.07
	Средний ранг	Группа Г = 11.22	Группа Б = 30.87

Как мы можем видеть, оценка удовлетворенности работы варьируется между группами: Группа Б демонстрирует наиболее высокий средний показатель (4,27), за ней следует Группа Г (3,81), затем Группа С (3,63) и, наконец, Группа А (3,57). Однако, несмотря на наблюдаемые различия в средних значениях, статистический анализ с использованием критерия Манна-Уитни

не выявил статистически значимых различий между парами групп, что не позволяет утверждать, что уровень удовлетворённости работой существенно различается между исследуемыми группами. Этот вопрос учитываться нами не будет.

При сопоставлении Группы Б (представителей сборной МПГУ), на которой тестировалась Программа, и Группы Г (представителей сборных команд других вузов), выявлены статистически значимые различия по всем трём оцениваемым параметрам. Средние оценки по Группе Б существенно превышают аналогичные показатели Группы Г:

- качество работы структурных подразделений – 4,40 против 3,13 ($U=66$, $p\approx 0,03$);
- активность участия во внутри вузовских мероприятиях – 4,47 против 3,31 ($U=70,5$, $p\approx 0,049$);
- качество сопровождения (кураторства) – 4,47 против 3,00 ($U=43,5$, $p\approx 0,002$).

Наиболее выраженные различия зафиксированы по показателю качества сопровождения ($p\approx 0,002$), что позволяет предположить, что именно курирование и методологическая поддержка, заложенные в Программе, оказывают наибольшее влияние на удовлетворённость участников и социальную вовлечённость в киберспортивную деятельность.

При сопоставлении Группы А (студентов МПГУ) и Группы Б (представителей сборной МПГУ), на которой тестировалась Программа, аналогично выявлены статистически значимые различия по всем трём оцениваемым параметрам. Средние оценки по Группе Б существенно превышают аналогичные показатели Группы А:

- качество работы структурных подразделений – 4,40 против 3,47 ($U=109,5$, $p\approx 0,004$);
- активность участия во внутри вузовских мероприятиях – 4,47 против 2,73 ($U=87$, $p\approx 0,001$);
- качество сопровождения (кураторства) – 4,47 против 3,47 ($U=107$, $p\approx 0,003$).

Таким образом, полученные результаты на примере группы Б подтверждают, что внедрение разработанной Программы стимулирует студентов участвовать в соревнованиях, а кураторская поддержка влияет на социальную вовлечённость и высокую оценку работы структурного подразделения.

Одним из ожидаемых результатов реализации Программы является увеличение количества участников и рост их вовлеченности. С помощью метода статистической обработки был проведен сравнительный анализ вовлеченности (активности) участников Проекта Киберспорт МПГУ в социальной сети ВКонтакте. Проведённый сравнительный анализ позволил выявить существенные изменения ключевых метрик активности до и после внедрения Программы, результаты которых отражены в табл. 4.

Таблица 4 – Коэффициент вовлечённости участников Проекта «Киберспорт МПГУ» в социальной сети ВКонтакте

Учебный год	Кол-во подписчиков	Среднее кол-во реакций на 1 пост	Ежедневный коэффициент вовлеченности	Публикаций за год
До внедрения Программы				
2017–2018	300	4	0,24%	32
2018–2019	778	9,5	0,28%	53
2019–2020	1132	8,2	0,30%	79
После внедрения Программы				
2020–2021	1452	20,3	0,9%	137
2021–2022	1711	36,0	2,70%	194
2022–2023	1957	40,3	1,97%	124
2023–2024	2220	29,3	1,93%	107

На основании данных можно заключить, что внедрение Программы оказало значительное влияние на метрики аудитории и ее вовлеченность:

- среднее количество реакций на пост резко возросло после внедрения Программы, что свидетельствует о значительном росте вовлеченности;
- ежедневный коэффициент вовлеченности до внедрения Программы имел низкий показатель, однако после внедрения Программы вырос значительно (в 3 раза сразу после внедрения программы, при росте аудитории) достигнув средних устойчивых показателей;
- рост подписчиков до внедрения Программы имел хаотичный характер, связанный с созданием и развитием клуба, после внедрения Программы рост стал стабильным, предсказуем, вовлеченность сохраняет средние показатели.

Можно заключить, что Программа способствует не только стабильному росту, но и существенному повышению вовлеченности участников сообщества.

Метод наблюдения, позволил выявить снижение инцидентов с использованием нецензурной лексики или инцидентов с проявлением асоциального, агрессивного поведения участниками на турнирах, которые привели к дисквалификации, после внедрения Программы. Стоит отметить, что активное участие на турнирах принимают члены сборных команд (более 75% участников на внутренних соревнованиях и 100% на межвузовских), подтверждением чему служат протоколы соревнований турниров МПГУ, размещенных на сайте МПГУ и в группе Киберспорт МПГУ. Количество дисквалификаций и тенденция их изменений приведена в табл. 5.

Таблица 5 – Количество дисквалификаций на турнирах

№ п/п	Год	Количество турниров за учебный год	Число дисквалификаций (из-за поведения)
1.	2019 (до применения программы)	2	9
2.	2020 (внедрение программы во второй половине года)	2	5
3.	2021	3	2
4.	2022	3	1
5.	2023	3	1
6.	2024	3	2
7.	2025 (за первое полугодие)	3	1

После внедрения Программы (в которую входят профилактические мероприятия) количество дисквалификаций снизилось до минимального значения и держится на стабильно низком уровне, что свидетельствует об эффективности Программы.

Заключение

Программа социально-психологической адаптации студентов, занимающихся компьютерным спортом показала свою эффективность на примере проекта «Киберспорт МПГУ» и ее можно рассматривать в качестве нового инструмента вовлечения молодежи в образовательную и социокультурную жизнь высшего учебного заведения. Отвечая актуальным потребностям современных студентов, занимающихся компьютерным спортом, Программа, учитывает их интересы и специфику, предлагает практическое и эффективное решение проблемы социальной адаптации студентов, через кураторство, сопровождение, профилактические мероприятия, спортивные турниры, наставничество, социальные мероприятия и воспитательную работу.

Библиография

1. Балуква Ю.А. Киберспорт как новый виток образовательной системы среди школьников и студентов // Молодой учёный. 2024. № 24 (523). С. 474–475. URL: <https://moluch.ru/archive/523/115613/>
2. Бодакин И.А. Особенности использования социальных сетей киберспортивными организациями // Медиакоп. 2023. Вып. 3. С. 1–2. URL: https://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2023/data/28426/156156_uid553586_report.pdf
3. Воронова Е.С. Путь от геймера до патриота: психолого-педагогические аспекты вовлечения молодёжи в киберспортивное движение // Актуальные исследования. 2024. № 50 (232). Ч. III. С. 32–34. URL: <https://apni.ru/article/10735-put-ot-gejmera-do-patriota-psihologopedagogicheskie-aspekty-vovlecheniya-molodezhi-v-kibersportivnoe-dvizhenie>
4. Газизов Ф.Г., Илюшин О.В., Хисамиев И.М., Илюшина П.О. Положительное влияние киберспорта на молодёжь и его роль в формировании личности // Экономика и управление: проблемы, решения. 2024. Т. 8, № 9 (150). С. 137–141.
5. Дедов Н.П. Проблемы социальной адаптации личности в виртуальном пространстве межличностных отношений // Психологический журнал. Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 7, № 2А. С. 128–137.
6. Елгина Л.С. Социально-психологическая адаптация студентов в вузе // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. 2010. № 5. С. 162–166.
7. Колесов В.И., Седлецкая Т.В., Латышева Е.О. Соотношение понятий «Социализация», «Адаптация», «Воспитание», «Развитие» в современном социуме // Вестник Санкт-Петербургского университета Государственной противопожарной службы МЧС России. 2013. № 1. С. 116–121.
8. Коротышев А.П., Рыхлик П.П. Игровые онлайн-сообщества — ресурс формирования гражданской идентичности российской молодёжи // Социум и власть. 2019. № 3 (77). С. 31–36. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/igrovye-onlayn-soobschestva-resurs-formirovaniya-grazhdanskoj-identichnosti-rossiyskoj-molodezhi>
9. Насырова Э.Ф., Рыбальченко Ю.С. Педагогическое сопровождение социальной адаптации студентов средствами внеучебной деятельности на примере БУ ВО «Сургутский государственный университет» // Гуманитарные исследования Центральной России. 2024. № 3 (32). С. 58–67. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskoe-soprovozhdenie-sotsialnoy-adaptatsii-studentov-sredstvami-vneuchebnoy-deyatelnosti-na-primere-bu-vo-surgutskiy>
10. Плотникова Е.С. Психологический студенческий клуб как форма психологической помощи студентам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации // Вестник Приамурского государственного университета им. Шолом-Алейхема. 2021. № 2 (43). С. 131–140.
11. Попов В.Г., Карпов В.В. К вопросу о соотношении понятий «социально-психологическая адаптация» и «социализация» // Вестник Челябинского государственного университета. 2013. № 33 (324). С. 149–153.
12. Сапронов М.С. Перспективы формирования положительного представления о здоровом образе жизни посредством использования компьютерного спорта // Инновации и традиции в современном физкультурном образовании: материалы Межвузовской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 24 марта 2021 года / сост. Т.К. Ким. Москва: Московский педагогический государственный университет, 2021. С. 262–267.
13. Сапронов М.С., Крюков Р.В., Рытова А.А. Современные проблемы развития киберспорта в России и пути их решения // Проблемы и перспективы развития спортивного образования, науки и практики: материалы III очно-заочной научной конференции молодых учёных, Москва, 19 декабря 2018 года. Москва: Московский педагогический государственный университет, 2019. С. 245–251.
14. Сапронов М.С., Степанова О.Н. Развитие компьютерного спорта в Российской Федерации как задача государственного значения // Цифровая трансформация физической культуры и спорта: теория, практика, подготовка кадров: материалы всероссийской научно-практической конференции, Москва, 08 апреля 2022 года / под ред. М.А. Новосёлова. Москва: Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК), 2022. С. 98–102.
15. Солодников В.В., Тимофеева В.И. Киберспорт в России как объект маркетинга и социальный феномен // Социологическая наука и социальная практика. СМИ (медиа) и массовые коммуникации. 2020. С. 167–187. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kibersport-v-rossii-kak-obekt-marketinga-i-sotsialnyy-fenomen>
16. Учёные РАО провели исследование об эмоциональных и поведенческих проблемах студентов-первокурсников. URL: <https://rusacademedu.ru/news/uchenye-rao-proveli-issledovanie-ob-emocionalnyx-i-povedencheskix-problemah-studentov-pervokursnikov/>
17. Фортова Л.К., Фабриков М.С. Роль социализации в становлении личности человека в современном обществе // Молодой учёный. 2015. № 6 (86). С. 713–716. URL: <https://moluch.ru/archive/86/16334/>
18. Kowert R., Domahidi E., Quandt T. The relationship between online video game involvement and gaming-related friendships among emotionally sensitive individuals // Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. 2014. Vol. 17, No. 7. P. 447–453.

Socio-Psychological Adaptation of Students Engaged in Computer Sports

Maksim S. Sapronov

Postgraduate Student,
Head of the "CyberSport MPGU" Project,
119991, 1/1, Malaya Pirogovskaya str., Moscow, Russian Federation;
Moscow Pedagogical State University,
119571, 88, Vernadskogo ave., Moscow, Russian Federation;
e-mail: maxcrys@gmail.com

Abstract

Among the characteristics of the modern student, one can single out a passion for video games and (or) esports. Some psychologists and publicists see this as a problem, while others see it as an opportunity. For example, in the study by F.G. Gazizov, it is noted that participation in an esports team contributes to the development of social skills [Gazizov, Ilyushin, Khisamiev, Ilyushina, 2024, p. 135]; in the work of M.S. Sapronov, the opinion of public figures of the Russian Federation is examined, who call for the full development of computer sports and see its potential [Sapronov, Stepanova, 2022, pp. 99–100], while E.S. Voronova believes that esports can contribute to the formation or stimulation of patriotism [Voronova, 2024, pp. 33–34]. On the other hand, in the study by E.S. Voronova, it is stated that uncontrolled use of computer sports can lead to social isolation and gaming addiction [Voronova, 2024, pp. 32–33]. A.P. Korotyshev, in his study, cites the arguments of A.E. Belyantsev, A.A. Bushuev, I.B. Lebedev, L.N. Nikitina, and V.G. Pakhomova, which consist in the opinion that computer sports can influence the distortion of consciousness of those playing video games and that they (video games) must be prohibited. There is also the opinion of T.D. Lopatinskaya and D.E. Prokudin that video games hinder the development of society as a whole [Korotyshev, Rykhtik, 2019, p. 31]. Based on the opinions of publicists, we set ourselves the task of studying students engaged in esports with the aim of developing a Program for their socio-psychological adaptation. The article also mentions studies conducted within the framework of the "CyberSport MPGU" Project, which became the basis for the development of the Program. The results obtained made it possible to form a Program for the socio-psychological adaptation of student esports players and to evaluate its effectiveness.

For citation

Sapronov M.S. (2026) Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya studentov, zanimayushchikhsya komp'yuternym sportom [Socio-Psychological Adaptation of Students Engaged in Computer Sports]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 15 (7A), pp. 189-201. DOI: 10.34670/AR.2026.89.57.019

Keywords

Esports, socio-psychological adaptation, computer sports, MPGU, program of socio-psychological adaptation.

References

1. Balukova, Yu.A. (2024). Kibersport kak novyy vitok obrazovatel'noy sistemy sredi shkol'nikov i studentov [Esports as a new turn in the educational system among schoolchildren and students]. *Molodoy uchenyy*, (24(523)), 474–475. <https://moluch.ru/archive/523/115613/>
2. Bodakin, I.A. (2023). Osobennosti ispol'zovaniya sotsial'nykh setey kibersportivnymi organizatsiyami [Features of the use of social networks by esports organizations]. *Mediascope*, (3), 1–2. https://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2023/data/28426/156156_uid553586_report.pdf
3. Dedov, N.P. (2017). Problemy sotsial'noy adaptatsii lichnosti v virtual'nom prostranstve mezhluchnostnykh otnosheniy [Problems of social adaptation of the individual in the virtual space of interpersonal relations]. *Psikhologicheskiy zhurnal. Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennyye issledovaniya*, 7(2A), 128–137.
4. Elgina, L.S. (2010). Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya studentov v vuze [Social-psychological adaptation of students in higher education institutions]. *Vestnik Buryatskogo gosudarstvennogo universiteta. Obrazovanie. Lichnost'. Obshchestvo*, (5), 162–166.
5. Fortova, L.K., & Fabrikov, M.S. (2015). Rol' sotsializatsii v stanovlenii lichnosti cheloveka v sovremennom obshchestve [The role of socialization in the formation of the individual in modern society]. *Molodoy uchenyy*, (6(86)), 713–716. <https://moluch.ru/archive/86/16334/>
6. Gazizov, F.G., Ilyushin, O.V., Hisamiev, I.M., & Ilyushina, P.O. (2024). Polozhitel'noe vliyanie kibersporta na molodezh' i ego rol' v formirovanii lichnosti [The positive influence of esports on youth and its role in personality formation]. *Ekonomika i upravlenie: problemy, resheniya*, 8(9(150)), 137–141.
7. Kolesov, V.I., Sedletskaya, T.V., & Latysheva, E.O. (2013). Sootnoshenie ponyatiy “Sotsializatsiya”, “Adaptatsiya”, “Vospitanie”, “Razvitiye” v sovremennom sotsiume [The correlation of the concepts “Socialization”, “Adaptation”, “Upbringing”, “Development” in modern society]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta Gosudarstvennoy protivopozharnoy sluzhby MChS Rossii*, (1), 116–121.
8. Korotyshev, A.P., & Rykhtik, P.P. (2019). Igrovye onlayn-soobshchestva — resurs formirovaniya grazhdanskoy identichnosti rossiyskoy molodezhi [Online gaming communities as a resource for shaping the civic identity of Russian youth]. *Sotsium i vlast'*, (3(77)), 31–36. <https://cyberleninka.ru/article/n/igrovye-onlayn-soobshchestva-resurs-formirovaniya-grazhdanskoy-identichnosti-rossiyskoy-molodezhi>
9. Kowert, R., Domahidi, E., & Quandt, T. (2014). The relationship between online video game involvement and gaming-related friendships among emotionally sensitive individuals. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(7), 447–453.
10. Nasyrova, E.F., & Rybal'chenko, Yu.S. (2024). Pedagogicheskoe soprovozhdenie sotsial'noy adaptatsii studentov sredstvami vneuchebnoy deyatel'nosti na primere BU VO “Surgutskiy gosudarstvennyy universitet” [Pedagogical support for social adaptation of students through extracurricular activities using the example of SurGU “Surgut State University”]. *Gumanitarnyye issledovaniya Tsentral'noy Rossii*, (3(32)), 58–67. <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskoe-soprovozhdenie-sotsialnoy-adaptatsii-studentov-sredstvami-vneuchebnoy-deyatelnosti-na-primere-bu-vo-surgutskiy>
11. Plotnikova, E.S. (2021). Psikhologicheskiy studencheskiy klub kak forma psikhologicheskoy pomoshchi studentam okazavshimsya v trudnoy zhiznennoy situatsii [Psychological student club as a form of psychological assistance to students in difficult life situations]. *Vestnik Priamurskogo gosudarstvennogo universiteta im. Sholom-Aleykhema*, (2(43)), 131–140.
12. Popov, V.G., & Karpov, V.V. (2013). K voprosu o sootnoshenii ponyatiy “sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya” i “sotsializatsiya” [On the question of the correlation of the concepts “social-psychological adaptation” and “socialization”]. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo universiteta*, (33(324)), 149–153.
13. Sapronov, M.S. (2021). Perspektivy formirovaniya polozhitel'nogo predstavleniya o zdorovom obraze zhizni posredstvom ispol'zovaniya komp'yuternogo sporta [Prospects for forming a positive perception of a healthy lifestyle through the use of computer sports]. In *Innovatsii i traditsii v sovremennom fizkul'turnom obrazovanii: materialy Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem* (pp. 262–267). Moscow: Moscow Pedagogical State University.
14. Sapronov, M.S., Kryukov, R.V., & Rytova, A.A. (2019). Sovremennyye problemy razvitiya kibersporta v Rossii i puti ikh resheniya [Modern problems of esports development in Russia and ways to solve them]. In *Problemy i perspektivy razvitiya sportivnogo obrazovaniya, nauki i praktiki: materialy III ochno-zaochnoy nauchnoy konferentsii molodykh uchenykh* (pp. 245–251). Moscow: Moscow Pedagogical State University.
15. Sapronov, M.S., & Stepanova, O.N. (2022). Razvitiye komp'yuternogo sporta v Rossiyskoy Federatsii kak zadacha gosudarstvennogo znacheniya [Development of computer sports in the Russian Federation as a task of national importance]. In *Tsifrovaya transformatsiya fizicheskoy kul'tury i sporta: teoriya, praktika, podgotovka kadrov: materialy vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* (pp. 98–102). Moscow: Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE).
16. Solodnikov, V.V., & Timofeeva, V.I. (2020). Kibersport v Rossii kak ob'ekt marketinga i sotsial'nyy fenomen [Esports

- in Russia as an object of marketing and a social phenomenon]. *Sotsiologicheskaya nauka i sotsial'naya praktika. SMI (media) i massovye kommunikatsii*, 167–187. <https://cyberleninka.ru/article/n/kibersport-v-rossii-kak-obekt-marketinga-i-sotsialnyy-fenomen>
17. *Uchenye RAO proveli issledovanie ob emotsional'nykh i povedencheskikh problemakh studentov-pervokursnikov* [Scientists of the Russian Academy of Education conducted a study on emotional and behavioral problems of first-year students]. (2025). <https://rusacademedu.ru/news/uchenye-rao-proveli-issledovanie-ob-emotsionalnyx-i-povedencheskix-problemax-studentov-pervokursnikov/>
18. Voronova, E.S. (2024). Put' ot geymera do patriota: psikhologo-pedagogicheskie aspekty vovlecheniya molodezhi v kibersportivnoe dvizhenie [From gamer to patriot: psychological and pedagogical aspects of involving youth in the esports movement]. *Aktual'nye issledovaniya*, (50(232)), Part III, 32–34. <https://apni.ru/article/10735-put-ot-gejmera-do-patriota-psihologopedagogicheskie-aspekty-vovlecheniya-molodezhi-v-kibersportivnoe-dvizhenie>