ThinkGameful!



POSITIONSPAPIER · E-SPORT · ARBEIT · GESUNDHEIT

Arbeit im E-Sport: *professionell* auf der Bühne, prekär dahinter.

Kurze Karrieren, junge Profis, hohe Belastung und wenig Absicherung: Was Forschung und Praxis über die Arbeitsbedingungen im E-Sport zeigen – und welche Mindeststandards jetzt nötig sind.

THINKGAMEFUL! · THINK TANK FÜR GAMING, GAMIFICATION UND GESELLSCHAFT

STAND: 3. NOVEMBER 2026

LEVEL 00 · KURZFASSUNG

Auf einen Blick

Hinter dem Glanz großer Turniere arbeiten im E-Sport oft junge Menschen ohne soziale Absicherung, mit kurzen Karrieren und hoher Belastung. ThinkGameful! fordert faire Mindeststandards für Profis und Personal. Die Branche ist jung, schnell gewachsen und – nach dem Rückzug vieler Investoren 2023 und 2024 – finanziell fragil.

Die Forschung zeigt: In einer Befragung von 65 Hochschul-E-Sportlerinnen und -E-Sportlern in Nordamerika berichteten 56 % von Augenbeschwerden, 42 % von Nacken- und Rückenschmerzen und 36 % von Handgelenksschmerzen; 40 % trieben keinen Ausgleichssport. Eine britische Studie identifizierte 51 Stressfaktoren bei Profis – vergleichbar mit Fußballern bei großen Turnieren.

Zugleich zeigen die Spielerinnen und Spieler, dass Organisation wirkt: 2023 stimmten mehr als 90 % der Profis der nordamerikanischen *League of Legends*-Liga für einen Streik und erreichten Mindeststandards für Abfindungen, Gesundheitsversorgung und Trainingszeiten.

UNSERE KERNFORDERUNGEN

1. Musterverträge mit Mindeststandards für Gehalt, Urlaub, Trainingszeiten, Kündigungsfristen und Gesundheitsversorgung.
2. Besonderer Schutz für Minderjährige: Schulbildung, Ruhezeiten und Vertretung durch unabhängige Beratung.
3. Starke Spielervertretungen in Deutschland und Europa, die von Ligen und Publishern als Verhandlungspartner anerkannt werden.

LEVEL 01 · GRUNDLAGEN

Wer im E-Sport arbeitet

E-Sport ist mehr als die Spielerinnen und Spieler auf der Bühne. Die Arbeitsbedingungen unterscheiden sich stark nach Rolle:

GRUPPE	TYPISCHE SITUATION	HAUPTRISIKEN
Profis	Oft Anfang 20 oder jünger, Karrieren von wenigen Jahren, Wohnen im Team-Haus	Kurze Vertragslaufzeiten, Abhängigkeit vom Team, Gesundheitsfolgen
Nachwuchs	Talente unter 18 Jahren in Akademien und zweiten Ligen	Schule, Ruhezeiten, Druck durch Eltern und Teams
Coaches und Analysten	Lange Arbeitszeiten, häufig befristet	Unsichere Bezahlung, wenig Anerkennung
Caster, Moderation, Produktion	Oft freiberuflich, eventbasiert	Scheinselbstständigkeit, Zahlungsausfälle
Content und Social Media	Teamintern oder extern	Erste Stellen, die in Krisen gestrichen werden

Warum der E-Sport besonders ist

- **Junges Alter:** Profis beginnen oft als Teenager. Viele schließen Schule oder Ausbildung nicht ab.
- **Wohnen und Arbeiten am selben Ort:** In Team-Häusern verschwimmen Arbeitszeit und Freizeit.
- **Abhängigkeit von Publishern:** Ligen gehören meist dem Hersteller des Spiels. Ändert er die Regeln oder stellt das Spiel ein, verschwindet der Arbeitsmarkt.
- **Internationale Mobilität:** Profis wechseln häufig das Land. Visa, Krankenversicherung und Aufenthaltsrecht hängen am Vertrag.

LEVEL 02 · GESUNDHEIT

Körper und Psyche unter Dauerlast

Körperliche Belastung

E-Sport ist körperlich einseitig: Stundenlanges Sitzen, hohe Klickfrequenzen und Bildschirmarbeit belasten Augen, Rücken und Hände. Eine Studie mit 65 E-Sportlerinnen und E-Sportlern an nordamerikanischen Hochschulen im Alter von 18 bis 22 Jahren ergab (DiFrancisco-Donoghue et al. 2019, *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*):

BESCHWERDE	ANTEIL
Augenermüdung	56 %
Nacken- und Rückenschmerzen	42 %
Handgelenksschmerzen	36 %
Handschmerzen	32 %
Keine körperliche Aktivität neben dem Spielen	40 %

Die Befragten spielten täglich zwischen 3 und 10 Stunden. Nur 2 % derjenigen mit Beschwerden suchten ärztliche Hilfe. Die Autorinnen und Autoren fordern deshalb ein integriertes Gesundheitsmanagement wie im traditionellen Leistungssport.

Psychische Belastung

Forschende der University of Chichester identifizierten bei Profis des Shooters *Counter-Strike* 51 verschiedene Stressfaktoren – darunter schlechte Kommunikation im Team, Leistungsdruck und Auftritte vor Publikum. Das Belastungsniveau ähnelte dem von Profifußballern und Rugbyspielern bei großen Turnieren (Smith, Birch & Bright 2019, *International Journal of Gaming and Computer-Mediated Simulations*; ScienceDaily).

Hinzu kommen Faktoren, die im traditionellen Sport seltener sind:

- **Öffentliche Dauerbeobachtung:** Profis streamen oft zusätzlich und sind permanent Kommentaren und Hass ausgesetzt.

- **Unklare Grenzen:** Training, Streaming, Content-Produktion und Freizeit gehen ineinander über.
- **Karriereende mit Mitte 20:** Wer früh aussteigt, steht oft ohne Abschluss und ohne Plan da.

Was fehlt

Anders als im Profifußball gibt es in den meisten E-Sport-Teams keine verpflichtende sportmedizinische Betreuung, keine Physiotherapie und keine psychologische Unterstützung. Große Organisationen bieten sie zunehmend an, kleine können es sich oft nicht leisten.

LEVEL 03 · VERTRÄGE UND ORGANISATION

Wer vertritt die Profis?

Der E-Sport-Winter

Nach Jahren mit Risikokapital und hohen Bewertungen zogen sich Investoren ab 2022 zurück. 2023 und 2024 folgten Entlassungswellen bei Teams, Ligen und Publishern; Organisationen wie The Guard entließen große Teile ihres Personals, und selbst Riot Games baute 2024 Stellen ab (Hitmarker; esports.gg). Für viele Beschäftigte bedeutete das: Verträge endeten kurzfristig, ausländische Profis verloren mit dem Job ihr Visum.

Die Milliarden aus Saudi-Arabien haben einen Teil der Lücke gefüllt – mit neuen Abhängigkeiten (siehe unser Papier „E-Sport in Saudi-Arabien“).

Fallbeispiel: Der LCS-Streik 2023

Als Riot Games 2023 die Pflicht der nordamerikanischen Profiteams aufhob, Nachwuchsteams in der Entwicklungsliga NACL zu betreiben, drohten viele Spielerinnen und Spieler ihre Jobs zu verlieren. Die Spielervertretung LCSPA rief zum Streik auf; mehr als 90 % stimmten dafür. Riot verschob den Saisonstart um zwei Wochen. Das Ergebnis vom 9. Juni 2023 (GameSpot):

- 300.000 US-Dollar für die NACL-Teams für den Rest der Saison und 50 % der künftigen NACL-Sponsoreneinnahmen
- mindestens 30 Tage Abfindung bei Kündigung ohne Grund für Profis mit Gehalt bis zum 1,5-fachen des Ligaminimums, 15 Tage Frist für Profis mit Visum
- ein paritätisch besetztes Gremium für Änderungen der Trainingszeiten
- Krankenversicherung für ausländische Profis ab dem ersten Tag

Die Spielervertretung betonte, das Ergebnis bleibe hinter ihren Forderungen zurück. Es zeigte aber erstmals in großem Maßstab, dass kollektive Organisation im E-Sport möglich ist.

Minderjährige Profis

In vielen Spielen beginnen Profikarrieren mit 16 oder früher. Damit stellen sich Fragen des Jugendarbeitsschutzes, der Schulpflicht und der Geschäftsfähigkeit. Verträge mit Minderjährigen brauchen die Zustimmung der Eltern – eine unabhängige Beratung der Familien ist aber nicht vorgesehen.

LEVEL 04 · RECHTSLAGE

Was in Deutschland gilt

Für E-Sport gibt es in Deutschland kein eigenes Arbeitsrecht. Es gelten die allgemeinen Regeln – die aber nicht immer zu den Besonderheiten passen.

BEREICH	RECHTSLAGE	PROBLEM IN DER PRAXIS
Arbeitsverhältnis	Wer weisungsgebunden für ein Team spielt, ist in der Regel Arbeitnehmer mit Anspruch auf Mindestlohn, Urlaub und Sozialversicherung	Viele Verträge werden als Freelancer- oder Sponsoringverträge gestaltet; Scheinselbstständigkeit ist verbreitet
Minderjährige	Das Jugendarbeitsschutzgesetz begrenzt Arbeitszeit und schützt Nacht- und Ruhezeiten	Turniere und Trainings finden oft abends und am Wochenende statt; Kontrollen gibt es kaum
Aufenthaltsrecht	Seit März 2020 gibt es ein vereinfachtes Visum für E-Sport-Profis aus Nicht-EU-Staaten ab 16 Jahren, mit Bestätigung durch den ESBD (esportslegal.news)	Aufenthalt hängt am Vertrag; bei Kündigung droht schneller Verlust des Aufenthaltsrechts
Gemeinnützigkeit	Seit 2026 können E-Sport-Vereine steuerfreie Übungsleiterpauschalen zahlen (siehe unser Papier dazu)	Gilt für den Breitensport, nicht für Profiteams

Das Visum als Fortschritt mit Nebenwirkung

Das E-Sport-Visum war ein wichtiger Schritt für den Standort Deutschland. Es zeigt aber auch eine Schwachstelle: Wer mit dem Job sein Aufenthaltsrecht verliert, ist gegenüber dem Arbeitgeber in einer schwachen Position. Der LCS-Streik machte deutlich, dass Visa-Profis besondere Kündigungsfristen brauchen.

LEVEL 05 · BEWERTUNG

Professionell auf der Bühne, prekär dahinter

ThinkGameful! bewertet die Lage in drei Punkten:

1. **Der E-Sport ist erwachsen geworden – seine Arbeitsbedingungen nicht.** Millionenpreisgelder und Stadionevents passen nicht zu Verträgen ohne Urlaub, ohne Gesundheitsversorgung und ohne Kündigungsschutz.
2. **Gesundheit ist kein Luxus.** Die Daten zu Augen-, Rücken- und Handgelenksbeschwerden sind eindeutig. Prävention ist billiger als verletzungsbedingte Karriereenden.
3. **Organisation wirkt.** Der LCS-Streik zeigt, dass Profis ihre Lage verbessern können, wenn sie sich zusammenschließen. In Deutschland und Europa fehlen vergleichbar starke Vertretungen.

UNSERE POSITION

Faire Arbeitsbedingungen sind keine Bremse für den E-Sport, sondern Voraussetzung für seine Glaubwürdigkeit. Wer will, dass Eltern ihre Kinder ermutigen, E-Sport ernsthaft zu betreiben, muss zeigen, dass die Branche Verantwortung für junge Menschen übernimmt.

LEVEL 06

Empfehlungen

An Teams und Organisationen

1. **Musterverträge:** Mindestgehalt, bezahlter Urlaub, feste Trainingszeiten, Ruhetage, Kündigungsfristen und Sozialversicherung.
2. **Gesundheitsstandard:** Regelmäßige sportmedizinische Checks, Physiotherapie, Augenvorsorge und Zugang zu psychologischer Beratung.
3. **Karriere nach der Karriere:** Unterstützung bei Schulabschluss, Ausbildung oder Studium während der aktiven Zeit.

An Ligen und Publisher

1. Mindeststandards für Spielerverträge zur Bedingung für die Teilnahme an Ligen machen.
2. Spielervertretungen als Verhandlungspartner anerkennen, wie es Riot in Nordamerika nach dem Streik getan hat.
3. Zahlungssicherheit für Freelancer wie Caster und Produktionspersonal über Ligafonds absichern.

An Politik in Deutschland

1. **Jugendarbeitsschutz anwenden:** Aufsichtsbehörden sensibilisieren und Leitfäden für minderjährige E-Sport-Profis entwickeln.
2. **Visa absichern:** Nach Jobverlust eine Übergangsfrist für E-Sport-Profis, um ein neues Team zu finden.
3. **Beratung fördern:** Unabhängige Anlaufstelle für E-Sport-Profis und ihre Familien, etwa beim ESBD oder bei Gewerkschaften.

An Spielerinnen und Spieler

1. Verträge vor Unterzeichnung prüfen lassen.
2. Sich organisieren – national und europäisch.

Quellenverzeichnis

Wissenschaftliche Literatur

- DiFrancisco-Donoghue, J., Balentine, J., Schmidt, G. & Zwibel, H. (2019): Managing the health of the eSport athlete: an integrated health management model. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine* 5(1): e000467.
- Smith, M. J., Birch, P. D. J. & Bright, D. (2019): Identifying Stressors and Coping Strategies of Elite Esports Competitors. *International Journal of Gaming and Computer-Mediated Simulations*. Zusammenfassung: ScienceDaily

Berichte

- GameSpot (Juni 2023): Striking League Of Legends Players Reach Agreement With Riot To Resume Season
- esportslegal.news (31.08.2023): The evolution and impact of the esports visa in Germany
- Hitmarker: The Guard has laid off all of its creative, social, and content staff
- esports.gg: Riot Games layoffs 2024