

Los beneficios de la práctica del ajedrez.

El ajedrez puede ser practicado con uno o varios objetivos, dentro de los cuales podemos destacar:

- a) Diversión y entretenimiento.
- b) Competición.
- c) Mejoramiento de la concentración, la memoria y la creatividad.
- d) Complemento a la educación y formación de niños y jóvenes.

Pero, independientemente de los objetivos con los que las personas practican el ajedrez, a éste se le han reconocido múltiples beneficios en las áreas del desarrollo de la capacidad intelectual y de las habilidades de inteligencia emocional. Muchos de esos beneficios han sido probados mediante diversas investigaciones realizadas en varios países en las últimas décadas. Los beneficios de la práctica del ajedrez se han manifestado también como un mejoramiento del coeficiente intelectual y un mejoramiento en el rendimiento escolar de la mayoría de los niños y jóvenes que lo han practicado. A continuación se presenta un resumen de los beneficios de la práctica del ajedrez, fundamentado en las conclusiones de diversos investigadores y reconocidos autores.

CAPACIDAD INTELECTUAL

Atención y concentración: esta es una de las capacidades que más rápidamente desarrolla el ajedrez en quienes lo practican. El desarrollo de una partida puede ser arduo, con múltiples alternativas y tener una duración significativa. Una desatención puede ocasionar la pérdida de la misma. Por lo tanto, el ajedrecista debe mantener un altísimo grado de atención y concentración durante la misma. Este mejoramiento en la capacidad de concentración se llega a manifestar también en otras áreas de desempeño de la persona.

Análisis y síntesis: Durante la partida de ajedrez, el jugador se enfrenta en cada jugada a múltiples alternativas y a la necesidad de contestar a la amenaza del contrario y a plantear una amenaza a su contrario. Ello hace que deba analizar múltiples alternativas de respuesta y sintetizar cuál es la más apropiada, desarrollando a la vez un pensamiento crítico.

Memoria: debido a la multiplicidad de alternativas para cada jugada durante una partida de ajedrez y al relativo corto tiempo para escoger la mejor respuesta, para el ajedrecista la memoria es un aliado muy importante. Muchas de las repuestas pueden basarse en la experiencia o el conocimiento del ajedrecista de posiciones similares jugadas o estudiadas en otras partidas.

Resolución de problemas y toma de decisiones bajo presión: durante la partida, el ajedrecista enfrenta diferentes problemas para los que debe definir y aplicar una estrategia de solución. Como el tiempo es un factor limitante en las partidas de ajedrez, deben también tomarse importantes decisiones sobre la estrategia a seguir bajo presión de tiempo.

Creatividad e imaginación: en el ajedrez no es suficiente con responder a las jugadas del oponente o tratar de seguir patrones de jugadas estudiadas o practicadas previamente. A fin de lograr ventajas claras sobre su oponente, el ajedrecista debe imaginar posiciones distintas a la que está presente en el tablero y definir estrategias que le permitan llegar a ellas.

El razonamiento lógico-matemático: el tipo de razonamiento empleado en el ajedrez es similar al utilizado en las matemáticas. Algunas investigaciones han mostrado una importante correlación entre la práctica del ajedrez y el mejoramiento de las habilidades lógico-matemáticas en los niños y jóvenes.

HABILIDADES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Control emocional: el desarrollo de una partida de ajedrez requiere de un alto grado de control emocional. Un jugador no se puede dejar llevar por la ira o la frustración ante una mala jugada realizada, pues podría no lograr recuperarse y perder la partida. Ante una mala jugada propia, el ajedrecista debe actuar de forma fría para que el oponente no lo perciba y definir una nueva estrategia para sobreponerse al error. El ajedrez también permite al niño aprender a controlar sus sentimientos de frustración ante la derrota y convertirlos en energía positiva para enfrentar el próximo reto superando los errores cometidos.

Sentido de transparencia: en el ajedrez se requiere el seguimiento de una serie de reglas cuyo incumplimiento no es aceptable y es penalizado. Tampoco, el jugador puede echarle a nadie la culpa de sus errores. Son sus propias capacidades y acciones las que determinan su desempeño. El jugador debe aprender a ser honesto e íntegro consigo mismo y con quienes le rodean. En el ajedrez se promueve la honestidad y la integridad del jugador.

Adaptabilidad: Durante el transcurso de una partida se presentan múltiples situaciones inesperadas, que exigen al jugador adaptar sus estrategias de acuerdo a la nueva situación en el tablero de juego.

Sentido de logro y autoestima: el ajedrez es un combate mental en el que para mejorar hay que empezar dominándose a sí mismo e ir subiendo el nivel de juego mediante estudio, esfuerzo, experiencia y práctica. La suerte no es un factor de importancia en el juego; es el mejoramiento de las habilidades y el conocimiento del jugador el que le hará mejor. Esto hace que conforme se vaya mejorando en el juego se vaya incrementando la autoestima de la persona y se vaya tomando más confianza para aprender y enfrentar otras situaciones y campos de acción.

Iniciativa: el éxito en el ajedrez requiere de mucha iniciativa durante el desarrollo del juego.

Empatía: en el ajedrez es muy importante comprender la estrategia del oponente e interpretar sus emociones para anticiparse a su estrategia y acciones.

Trabajo en equipo y colaboración: a pesar de ser un juego individual, en ajedrez existen torneos que se juegan en equipos de 4 a 6 personas. En estos torneos el desempeño global depende de todo el equipo. Para tener éxito se desarrolla un trabajo de colaboración entre todos los miembros del equipo, previo a las partidas. Este mismo sentimiento de trabajo en equipo y colaboración se desarrolla a nivel de los clubes de ajedrez y las escuelas en las que se practica. También, es práctica común en los torneos de ajedrez el que los jugadores analicen las partidas después de finalizadas, lo cual es un trabajo ejemplar de colaboración para el mejoramiento del oponente.