

Lo Básico en la Mejora Continua en Ajedrez. (FODA personal).

“La clave del aprendizaje es establecer un sistema para la mejora continua.”

Dan Heisman, entrenador USCF.

"Incluso si se nace con increíbles dones intelectuales, todavía se requeriría de aproximadamente 8,000 horas de práctica para desarrollar aquellos dones." –

Doctor en Filosofía Kenneth A. Kiewra y Doctor en Filosofía Thomas O'Connor en "Desarrollo de Maestros Jóvenes de Ajedrez: "What are the Best Moves", *Chess Life*, Mayo 2005.

El método Makogonov.

El GM Vladimir Makogonov en sus cursos de entrenamiento manejaba el sistema de Positivos y Negativos, muy similar a lo que se entiende como un FODA personal, o sea Fortalezas, Oportunidades, Amenazas y Debilidades. En este caso Fortalezas o Positivos y Debilidades o Negativos.

La mejora en ajedrez, y en actividades similares, consiste

en añadir aspectos positivos o restar aspectos negativo en nuestra personalidad, o en el caso del ajedrez, en nuestro desempeño en ajedrez. Somos una suma de factores y se trata de mejorar la resultante de esa suma. Hay aspectos que nos dan puntos y aspectos que nos quitan puntos, lo que se trata es que aumentemos los aspectos que nos dan puntos y eliminemos los que nos quitan. Parece simple, pero las ramificaciones son enormes. Esta idea simple sugiere lo siguiente:

El aprendizaje de nuevas ideas y modelos o patrones de ajedrez son ejemplos de *añadir aspectos positivos*.

La identificación de nuestros errores e ideas falsas, y tomar medidas para minimizarlas o eliminarlas es *una resta de aspectos negativos*.

Para conseguir la mejora, sus esfuerzos deben incluir *un equilibrio* de :

"A" teoría y práctica, y

"B" la adición de aspectos positivos y la resta de aspectos negativos.

Lo que nos lleva a un "C"

Que establece que uno debe conseguir algún equilibrio entre teoría y estudio y práctica deliberada y juego de torneo.

Por "algún equilibrio" se entiende una proporción adecuada, no implica una división de 50% para cada área, del tiempo de que disponemos, sino mejor dicho una proporción suficiente para determinada por nuestras necesidades de práctica y estudio, de acuerdo a nuestro diagnóstico.

Balancear nuestro tiempo de práctica y estudio con el tiempo empleado en competir en torneos, o sea jugar ajedrez en práctica organizada es lo más lógico y lo más provechoso.

Si usted estudia y no juega, no puede aplicar lo que aprende; y si usted juega, pero no estudia, usted probablemente seguirá cometiendo los mismos errores repetidamente. Ahora que si para identificar nuestra problemática en ajedrez requerimos del monitoreo constante que es el analizar nuestras propias partidas y tomar las medidas adecuadas para mejorarnos, casi necesitamos dos veces más horas que las empleadas en jugar la partida en si, pues por cada partida de torneo requerimos dos más, quiere decir que si en el año que tiene 365 días debemos programarnos de a tres días por partida, además de otras ocupaciones, pues no podemos jugar más de 100 partidas al año, para emplear 200 días en su análisis y los restantes 65 días los necesitamos para prepararnos en aperturas, medio juego y final. No podemos jugar más de 100 partidas al año, y ya son muchas. A fin de mejorar con eficacia usted debería aprender primero

algo, aplicar lo que usted aprende jugando, aprender de sus errores durante las partidas, y luego repetir el proceso tanto como sea posible para alcanzar la excelencia y la maestría en ajedrez.

“D” establece que su tiempo de teoría y estudio debe consistir en aprendizaje tanto de nuevas ideas como de modelos o patrones, y también de la erradicación de sus errores e ideas falsas.

Si estudia de un modo en que solo se añaden aspectos positivos o sólo se restan aspectos negativos, conseguirá finalmente que la mejora sea decreciente tras un tiempo.

Cuando en su progreso llega a un "un tope" es por lo general porque tiene que equilibrar de nuevo sus esfuerzos.

Estas ideas son muy importantes. Por ejemplo, ayudan a explicar por qué no puede mejorarse sólo estudiando libros de ajedrez. Mejorar necesita tanto de práctica (partidas de torneos lentos y unos, muy pocos, rápidos) y teoría (adición de nuevas ideas y modelos, e identificación y reducción al mínimo de errores). *La falta de cualquier ingrediente puede*

causar una carencia de progreso, y concentrarse en un solo elemento causará poco progreso.

La base de todo sigue siendo conocerse a sí mismo y como un jugador de ajedrez no se mantiene en el mismo nivel todo el tiempo, sino que progresa, tiene más experiencia, pero también se afecta psicológicamente, evoluciona e involuciona, el diagnóstico tiene que ser constante.

Por eso, tras mucha práctica en torneos, a veces entra el desánimo por no verse un progreso palpable, o porque los resultados varían. La única manera de entender que pasa es analizando las partidas y hacer un nuevo diagnóstico para ver como redireccionar la ruta y el rumbo.

Muchos entrenadores soviéticos seguían la política de que si un jugador tenía cierta tendencia positiva, aumentar ese aspecto al máximo, y dejar para después el ver cómo tratar los aspectos negativos. Otros, por el contrario, buscaban eliminar los aspectos negativos. La elección dependía muchas veces del estilo personal y de la manera particular de pensar de cada entrenador, por lo que se hablaba de estilos de entrenar de cada quien.

Incluso se recurrió a intercambiar jugadores entre los entrenadores

para enriquecer a los alumnos con diferentes puntos de vista, pero la demanda de entrenadores era enorme en la URSS y no se pudo realizar esa política en la práctica, sino que se recomendó que los entrenadores se superarán y no siguieran tendencias personales, sino que buscarán el equilibrio entre la adición de positivos y la sustracción de negativos.

En las escuelas occidentales también se trabajo de esa manera, que se preconizaba desde los tiempos de Benjamin Franklin, pero la enseñanza era por objetivos, adquisición más de conocimientos que formación de hábitos.

Sólo recientemente los mejores entrenadores norteamericanos como Dan Heisman y Bruce Pandolfini trabajaron en diagnosticar aspectos positivos y negativos para trabajar sobre ellos, solo a finales del siglo XX y principios del XXI, mientras que en la aislada Bakú, en Azerbaiyán, la que luego sería la ciudad cuna de los GM Kasparov y Radjabov, el entrenador y GM Vladimir Makogonov aplicaba ese sistema desde la primera mitad del siglo XX.

Para identificar los aspectos positivos y negativos, se requiere llevar por escrito y con detalle las observaciones hechas en las partidas

propias tras un análisis muy cuidadoso y objetivo.

Curiosamente el añadir los aspectos positivos es mucho más sencillo que el reducir los aspectos negativos, ya que los aspectos positivos son más comunes entre los jugadores, mientras los negativos son muy particulares a cada persona y sólo se determinan por un análisis de sí mismo y cuya objetividad es muy difícil de alcanzar.

El entrenador norteamericano Heisman se destacó entre los occidentales en que sus libros y artículos enfatizan más el disminuir lo negativo, mientras que la mayoría de los manuales de ajedrez de occidente trabajan en añadir positivos.

El entrenador es mucho más necesario en determinar lo negativo que para identificar los aspectos positivos a aumentar, que son mucho más sencillos de destacar.

Vamos a considerar que se quiere decir con eso de añadir un aspecto positivo o restar un aspecto negativo más detalladamente.

La adición de un aspecto positivo es que uno aprende un nuevo principio o un nuevo modelo o patrón (apertura, táctica, fase final, etc.), leer una partida anotada, o descubrir un nuevo modo de

manejar su tiempo o de mejora de su proceso de razonamiento.

Restar un aspecto negativo es que usted sustituya una idea falsa o un mal proceso de razonamiento con algo mejor o correcto. Por ejemplo, si usted piensa que todas las piezas, *en promedio*, valen exactamente un número entero múltiple de un peón (alfil/caballo-3, peones, la dama 9), tiene una concepción algo errónea, en primer lugar porque las piezas tienen valores variables según la etapa de la partida y su actuación en general, segundo, porque su valor no es exactamente en enteros de peón, sino que un alfil o un caballo valen un poco más que tres peones, pero ni los alfiles valen todos igual, ni los peones valen todos igual.

Una pieza tiene un valor relativo de acuerdo a su MECA (Movilidad, Estabilidad, Colocación y Actuación) y los peones según su cercanía al centro. Muchos factores influyen y no se debe pensar tan lineal, he ahí un mal proceso de razonamiento. Aquellos números enteros son fáciles para que un principiante los pueda recordar, pero no son los promedios reales.

Un aspecto negativo muy común es el mal uso del tiempo, un aspecto resaltado más por Heisman que por los soviéticos, lo que pasa es que en el medio soviético como los jugadores eran enseñados desde niños, el defecto del mal uso del tiempo de reflexión era evitado desde los primeros pasos de un jugador en el ajedrez, mientras que en el medio en que Heisman trabaja, con jugadores formados por si mismos, sin entrenador, los hace tener serias lagunas de actitud en el ajedrez y la más común en el medio de Heisman es el mal uso del tiempo, lo que ha hecho de Heisman un experto en esa "dolencia". Él lo explica de una manera que es muy instructiva y que seguiré ahora.

Suponga que juega demasiado rápido porque no tiene un buen proceso de razonamiento, o nunca comprendió que marcarse a si mismo un paso para usar casi todo su tiempo de reflexión es uno de los mejores modos de manejar su tiempo. Entonces una vez que usted consigue un mejor proceso de razonamiento o alcanza a marcar el paso apropiado, usted resta un aspecto negativo (el jugar demasiado rápido) y lo sustituye con algo superior. Usted se mejora.

Mientras más pueda restar aspectos negativos y añadir aspectos positivos, mejor jugador será. Pero aquí hay que tener presente la Ley de Pareto que dice que el 20% de nuestros esfuerzos produce generalmente el 80% de resultados, por lo que hay que identificar cual es ese 20% relevante. No todas las negativas y los aspectos positivos son de igual valor. Por lo general se consigue un impacto mucho más grande en nuestro juego al añadir aspectos positivos grandes (como el aprendizaje de operaciones tácticas que aparecen más frecuentemente, mejores métodos de análisis; y el manejo apropiado del tiempo, así como maneras de mejorar la actitud ante el tablero) que si usted hace aumentos en pequeños aspectos positivos (como un nuevo 12o movimiento en una apertura dada). *El mejoramiento de cosas que usted hace en cada jugada* (hábito de usar el PARA y el CAJAS, análisis de variantes, manejo del tiempo de reflexión, y habilidades de evaluación) *consigue un beneficio mucho más grande por nuestro esfuerzo que cosas que mejoran lo que ocurre de vez en cuando* (como dar mate con un alfil y un caballo contra un rey).

De hecho los mejores temas de un curso son los que tratan aspectos positivos y negativos que tienen una ocurrencia más numerosa en los torneos.

El deber de cada entrenador es hacer a su alumno cada vez más independiente, siguiendo la recomendación:

“De a un hombre un pez y lo alimentará un día; enséñelo a pescar y lo alimentará toda la vida”

Por eso, llegada cierta etapa, es importante enseñar como añadir aspectos positivos o aumentarlos por si mismos a los alumnos, de tal manera que puedan estudiar y absorber nueva información de manera eficiente y sobre todo independiente.

De acuerdo a las recomendaciones del GM Vladimir Makogonov y el MN Dan Heisman, es preferible concentrar más el tiempo del entrenador en restar aspectos negativos; ya que es más difícil para los estudiantes el hacerlo por sí mismos.

Un aspecto negativo que *pueden* restar los jugadores sin ayuda de un entrenador, es buscar información sobre la apertura que

jugaron en una partida, para después hacer algo diferente de lo que hicieron y que les hizo perder la partida, y así la próxima vez que se juegue esa variante aprovecharán la experiencia y mejorarán su resultado. Pero para la mayor parte de otros aspectos negativos, como el manejo del tiempo o errores en el proceso de razonamiento, es mucho más fácil si un buen instructor le ayuda a identificar sus ideas falsas y le recomienda la práctica deliberada para corregir aspectos dudosos.

¿cómo maximizar aspectos positivos y como restar los negativos?

Ilustrativo fue el artículo mencionado de "Developing Young Chess Masters: What are the Best Moves", *Chess Life*, Mayo 2005.

Muchos libros tocan el tema de añadir positivos (información nueva de aperturas, guías, patrones de finales y problemas tácticos), pero pocos sobre como restar negativos. Otra cuestión importante es cómo encontrar los muchos aspectos negativos grandes en tiempo corto, así como identificar las causas de los aspectos negativos y como minimizarlos o remplazarlos.

Cada una de las cuestiones es un tema por si solo.

Regresemos al artículo del libro norteamericano, y veamos más sobre de él.

Veamos un hecho en la antigua URSS y la Nueva Rusia.

"Todos los maestros de ajedrez jóvenes han sido entrenados por jugadores titulados y la mayoría comenzaron una instrucción regular de una o dos horas por semana poco después de aprender el juego."

Eso fue tan importante y eficaz para aquellos fuertes jugadores jóvenes "porque la mayor parte de los topes y obstáculos a la mejora venían del fracaso en eliminar errores, más que el fracaso de añadir nueva información, (*Crónica de Ajedrez en la URSS, 1938*). Los entrenadores coinciden en estimar que el 75 % de los errores de sus estudiantes es por no seguir conceptos que ellos ya conocían. Sólo aproximadamente el 25 % de los errores son consecuencia de algo que no sabían y tenían que aprender (Heisman).

En mi experiencia personal, todos mis alumnos sabían de alguna manera que debían revisar las posibles capturas y los jaques, pero no lo hacían en cada jugada. Cuando se les propone el algoritmo

representado por la palabra CAJAS (Capturas y Jaques y Capturas y Jaques Saltando) y se van formando el hábito de revisar en cada posición las capturas y jaques, sus errores disminuyen abruptamente, incluso en jugadores con mucha experiencia y con más de 2000 de rating.

Por supuesto, si usted sólo elimina errores y nunca aprende la nueva información, eso sofocará seguramente también su mejora, entonces hay que aceptar que ambos métodos para mejorar son importantes y necesarios.

Hay muchos jugadores débiles bastante letrados en ajedrez, que han leído muchos libros y están atentos a las novedades de las aperturas que aparecen en los informadores y en el New in Chess Yearbook. Compran la última versión de Rybka y practican blitz por Internet. No comprenden porque se estancan. Pero podría apostar que la mayoría de ellos lograrían salir de su estancamiento si logran identificar y reducir sus errores más recurrentes, más que por aprender nueva información.

Más que libros y práctica de ajedrez, lo que necesitan es analizar sus propias partidas,

identificar sus errores y luego hacer una práctica deliberada enfocándose en reducir el aspecto negativo más recurrente.

Siempre existen dudas sobre la capacidad de una persona de identificar sus propios errores, no sólo en el ajedrez, sino en cualquier disciplina.

Por eso tenemos a profesores, entrenadores, inspectores, personal de control de calidad, coaches, y correctores de pruebas.

En todos los medios laborales, hay personal de supervisión que apoya al personal actuante con un fin máximo: Disminuir el error y la posibilidad de accidentes, ya que ambos cuestan mucho y es más rentable tener personal que los evite. Ahora bien, *la identificación de un error y el poder hacer algo sobre ello son dos capacidades totalmente diferentes*. Mientras un buen entrenador puede hacer más que solo ayudar a que usted encuentre sus aspectos negativos, sólo los más preparados podrán elaborar buenas sesiones de práctica deliberada.

Hay escasez de entrenadores, así que más vale saber un poco de sus métodos para su autoayuda.

Los métodos básicos de un entrenador para identificar sus errores no requieren mucha experiencia y todo jugador puede llevarlos a cabo.

Veamos cómo hacerlo:

El Principio de Tartakover. El ajedrez juego de errores.

Usted no puede perder un juego de ajedrez sin cometer un error. Además, los jugadores fuertes identifican, y aprovechan, los errores de los jugadores más débiles. Por lo tanto una manera de averiguar qué es lo que hace de modo incorrecto es jugar contra oponentes de más alto rating y permitir que ellos destaquen sus errores. Este es un concepto simple

Uno comete errores similares contra oponentes de menos rating que el propio, pero, por supuesto, hay menor probabilidad que castiguen nuestros errores, y también tienen menos capacidad para provocar que los hagamos. Por ejemplo, es común que cuando uno juega con un jugador con 200 puntos de rating, pueda ganar un peón y hasta una pieza desde las primeras jugadas. Pero después es poco probable que

nuestro oponente sepa presionar lo suficiente para obtener alguna compensación y provocar errores importantes nuestros.

Lo más probable es que en esas partidas que ganó, cometió errores enormes, que de ser identificados, usted podría corregir en futuras situaciones. Pero al resultar victorioso, le pasa inadvertido el error y la oportunidad de aprender de él. Para hacer peor el asunto, los oponentes más débiles pueden jugar tan mal que el resultado puede *justificar* nuestros errores y *reforzar nuestras ideas falsas!*

Eso nos forma malos hábitos, por ello es muy dañino enfrentarse a una oposición débil que nos engaña de nuestro propio nivel y nos habitúa a malas ideas. La única manera de evitarlo es, si tenemos que jugar seguido con jugadores débiles, ser muy crítico de nuestras jugadas, lo que es bien difícil.

Preferible es jugar contra una computadora en tiempo de torneo que ganar partidas fáciles contra jugadores de dudosa calidad. En el caso de los niños deben jugar con otros niños solo en torneos para clasificar a torneos importantes, pero lo mejor es foguearse con jugadores fuertes. Es muy

importante no hipotecar el futuro de los niños en afán de ganar torneos infantiles sin ton ni son.

Es importante tener un método para identificar errores y definir que tan graves son, sólo así podremos planear práctica deliberada para corregir nuestra tendencia a los errores. La búsqueda del error más frecuente nos dará un fruto precioso para alimentar nuestro progreso.

Cuando se juega contra un jugador fuerte y se pierde, hay que tratar de tomar la clase completa y preguntar cuales cree él que fueron nuestros errores. Por lo general uno se siente mal por perder, pero hay que sobreponerse para aprovechar la oportunidad de que un jugador más fuerte nos oriente. Luego hay que analizar por nosotros mismos, dedicándole cuando menos el mismo tiempo que utilizamos para jugar la partida.

Recuerde también que no hay muchas oportunidades de jugar con jugadores fuertes y que si vamos a jugar tres torneos al año, lo mejor es jugar uno en nuestra categoría y dos en categoría superior. Tres torneos en nuestra categoría sería grave error y perderíamos el tiempo.

Si juega por internet, trate de retar jugadores con más rating y nunca partidas con menos de 20 minutos

de reflexión por jugador.

Blitz contra jugadores débiles no solo es una perdida de tiempo, sino que es muy dañino.

Un minuto empleado así, requerirá compensarlo con tres minutos de práctica deliberada.

Con la computadora hay que jugar a partir de posiciones criticas, nunca antes de la jugada 10 en la apertura.

Lo mejor es jugar finales muy analizados, de campeonatos mundiales y analizar como lo jugamos, comparando nuestro juego con las notas de los comentaristas.

Aspectos Negativos son muchos como para mencionarlos todos, pero si podemos dar algunos que nos darán una idea de cómo son y como identificarlos.

Cualquier aspecto negativo que puede costarle una partida es importante, pero los aspectos negativos que le cuestan muchas partidas son los más importantes

Por lo tanto, los errores repetibles son los que más se quiere erradicar. En mi experiencia,

algunos de los errores más comunes incluyen:

Errores psicológicos, como no jugar con confianza, o evitar a jugadores con rating más alto por miedo de perder.

Somos lo que pensamos que somos la mayor parte del tiempo. Si quiere ser maestro, comience por pensar que es un maestro y actúe desde ya como tal. Este es el aspecto negativo más importante y frecuente, pensar negativamente.

El jugar demasiado rápido o demasiado lento.

Tener un mal proceso de razonamiento, como jugar mal "Ajedrez de Esperanza" (hacer una jugada sin analizar si usted puede quedar en peligro por alguna respuesta forzadora), no hacer el PARA (¿Para qué hizo el oponente su jugada, ¿Ataca? Repitiendo jugada ¿Qué haría? ¿Amenaza, adonde va?), ni CAJAS (Capturas y Jaques y Capturas y Jaques Saltando), ver una buena jugada y no buscar una mejor, o no buscar todas las amenazas e intenciones del oponente mostradas con su jugada anterior.

No decidirse por alguna de las alternativas y estar cavilando sin

sentido. Indecisión, o simple pereza.

Jugar sin propósito.

No seguir los principios generales, como el no desarrollar todas sus piezas en la apertura, no elevar el MECA (Movilidad, Estabilidad, Colocación, Actuación) de cada pieza o no activar su rey rápidamente en la fase final.

Entender mal el valor de las piezas.

Por ejemplo, pensar que el cambio de una torre y un peón por un alfil y caballo es un cambio equitativo.

Los errores de análisis.

Como "imágenes retenidas" (usted analiza y visualiza una pieza como si todavía estuviera en la casilla de la cual se movió antes en la secuencia imaginada) o cometer "errores de freno" (parar su análisis para evaluar una posición cuando hay todavía una situación táctica a ser resuelta).

Errores de evaluación.

El pensar que nuestra posición está bien cuando está realmente mala y viceversa.

Errores de elección de oponentes.

Pensar que se puede aprender tanto de jugar contra oponentes débiles como de oponentes fuertes, pensar que el jugar torneos lentos o rápidos es lo mismo y son igual de provechosos, no jugar en categorías superiores a nuestro rating, jugar muchas partidas de torneo al año, no analizar nuestras partidas.

Algunos errores son fáciles de identificar y entre ellos muchos lo son también fáciles de corregir.

Sin embargo, algunos errores son difíciles de corregir, aun cuando sean correctamente identificados. Suponga que experimenta un número anormal de errores de imagen retenida. En este caso, sólo practicando ejercicios de visualización, de varias capas, leer libros sin tablero o hacer un análisis "largo" ayudará en algo, pero la práctica deliberada no curará en seguida aquel error particular. Por lo tanto, usted debe hacerse más consciente que este error particular puede ocurrir en su análisis "y alambrar su cerebro" para ser más alerta de la posible presencia del error. Esto debería causar que tengamos más cuidado

cuando usted mentalmente mueve las piezas. Otra acción beneficiosa que usted puede tomar es el comenzar las líneas de análisis más largas a partir del movimiento inicial en vez de la rama más reciente. Este método reduce imágenes retenidas pero también consume más tiempo de reflexión.