

EL AJEDREZ COMO ENTRENAMIENTO MENTAL PARA EL EJECUTIVO

Por **Roberto Mayor Gutiérrez** (rmg@consultandoajedrez.com)

En el ámbito empresarial moderno el éxito de las empresas radica fundamentalmente en la capacidad que poseen los individuos que la dirigen, mucho más, que en los recursos o productos que ésta posea. Estamos en la era del conocimiento, del pensamiento creativo, donde conceptos como inteligencia emocional, administración de recursos humanos y cambio organizacional, influyen de forma positiva o negativa a la hora de evaluar el comportamiento de los directivos de una compañía.

Las empresas invierten cada vez mayores y mejores recursos en capacitar a sus empleados y entrenar a su personal ejecutivo. El "coaching corporate" se ha convertido en la herramienta de entrenamiento más empleada actualmente para formar a los individuos que intervienen directa o indirectamente en la toma de decisiones diarias en su empresa.

Como dijera Goleman, autor del más destacado libro sobre Inteligencia emocional que se haya escrito hasta el momento, *para las organizaciones, conseguir al más brillante en algún ámbito es cuestión de tiempo y dinero, pero será mucho más complicado encontrar al más apto*. Y es que en realidad encontrar el "ideal" o preparar al "ideal" requiere no solo de cuestiones técnicas de conocimiento o experiencia, sino más bien de un conjunto de factores psicológicos, donde se incorpora la intuición, la lógica, la creatividad, la adaptabilidad a los cambios, la auto-preparación e incluso la aceptabilidad al fracaso, como medida para obligar al mejoramiento.

Según Edward de Bono, destacado pensador moderno, *"La creatividad es un proceso y lo principal es conseguir que la persona pueda ver las cosas de forma diferente, es mirar lo que hacemos y preguntarnos si hay una mejor forma de hacerlo"* y si consideramos como dijera el profesor Laplaza, *"que las técnicas analógicas en el pensamiento lateral son enormes recursos disparadores de la creatividad"* y que *"en el ajedrez, la analogía puede usarse como recurso para aumentar el flujo de ideas y sus mecanismos originadores, ante un problema o una situación frente a una idea en una jugada de partida"*, entonces podemos reconocer en el juego ciencia una herramienta para aumentar el pensamiento creativo, lógico, intuitivo y como conocemos, estratégico.

He realizado otros trabajos demostrando como puede el ajedrez convertirse en una herramienta de análisis estratégico para los negocios, el método de formación y capacitación empresarial "chess in business", que se imparte a través de un curso teórico-práctico lo demuestra, pero esta vez trataré básicamente otro de los aspectos que componen el método y es la valoración del juego ciencia como entrenamiento mental para los ejecutivos, en definitiva, las personas que tienen que tomar decisiones y decidir directamente las estrategias a seguir en su empresa.

Independientemente de que existan otros factores o elementos que apoyan esas decisiones o la formulación de las estrategias a seguir, no cabe la menor duda que el factor psicológico, influye muchas veces de forma decisiva en la aceptación o el fracaso de esas ideas.

Uno de los elementos fundamentales en la preparación psicológica de un jugador de ajedrez es el conocimiento de su adversario, como lo es para el ejecutivo de una empresa su similar competidor.

Las partidas de ajedrez se deciden por la influencia de varios factores, independientemente de la importancia del entrenamiento y la preparación anterior a la misma, sin embargo quisiera hacer énfasis

en la preparación psicológica del jugador ante el conocimiento de la personalidad del contrincante, pues a mi entender esta juega un papel fundamental en la obtención de los objetivos trazados. *Si somos capaces de estudiar a nuestro enemigo, su capacidad, su fuerza, sus debilidades, estaremos en mejor condiciones de enfrentarlo.*

La preparación psicológica ajedrecística enfocada al individuo que enfrentamos, nos obliga a obtener sobre éste, la mayor cantidad de información posible, no solo acerca de su estilo de juego, aperturas mas usadas, aquellas con las que más incómodo se siente, sino también rasgos de su personalidad, carácter, ropa que usa, aquella que detesta, entre otros factores que combinados nos permiten planificar mejor nuestra estrategia previa y durante la partida.

Si analizamos al empresario desde el punto de vista económico, decimos que *es la persona que organiza y dirige la empresa, ejerciendo una función de autoridad sobre los trabajadores que laboran en ella y asume los riesgos que su actividad implica.* Como plantea Sánchez Calero en su obra "Instituciones del derecho mercantil", *El empresario es la fuerza motriz de la empresa y, en definitiva, del sistema económico, porque posee un poder de iniciativa económica y, en definitiva, un poder económico evidente.*

Analizando estas definiciones estaremos de acuerdo en señalar que el surgimiento, desarrollo, éxito o fracaso de una empresa, dependen en gran medida de su dirección, del personal ejecutivo, de la capacidad que tengan estos individuos para desempeñar sus funciones, por lo que su preparación psicológica debe ser ardua, y al igual que su entrenamiento y formación, deben constituir objetivos priorizados si pretenden triunfar en su empeño.

Como un maestro del ajedrez el directivo debe y necesita ante todo reconocerse a si mismo, trabajar sobre sus propios errores y defectos, es decir centrar su preparación primeramente sobre los factores ajenos a su actividad empresarial, aquellos que inciden en su conducta, en su estado de ánimo, como son los problemas personales, su salud y luego dirigirse al segundo grupo de factores que inciden directamente en su labor, como son la actitud, la falta de confianza y la falta de atención sobre cuestiones inherentes a sus funciones. Estos factores determinan, en un estado primario, la capacidad de un individuo para dirigir, organizar y administrar el recurso humano que posee para desarrollar su empresa.

El empresario es un individuo como otro cualquiera, que tiene emociones, sufrimientos, alegrías, fracasos y éxitos, sin embargo por la gran responsabilidad que posee y las características de su trabajo, padece continuamente de estrés, y siente una carga emocional la cual en ocasiones libera con ejercicios físicos o deportes en general. Recientemente descubrí que una compañía en México se dedica a entrenar personas que laboran en cualquier sector empresarial, durante unos días de actividades al aire libre, en las cuales estos individuos, navegan, escalan, se lanzan en paracaídas y hasta exploran, sintiendo una gran mejoría al término del entrenamiento.

Estas técnicas me parecen geniales, al igual que la práctica sistemática de ejercicios físicos, pues contribuyen a mejorar la salud física. Sin embargo pienso que la combinación de estos entrenamientos físicos con uno mental, como seria la práctica sistemática del ajedrez, contribuiría al mejoramiento integral del empresario.

Contrario a lo que muchos puedan pensar acerca del ajedrez, su estudio y práctica sistemática, sin necesidad del ejercicio profesional, contribuye a formar una persona más capaz, lógica e inteligente, que la que era antes de dedicarse a él.

Para que mis teorías surtan efecto requieren no solo de disciplina, sino de un conjunto de factores internos y externos al individuo, como son: La voluntad, el deseo de superación, la combinación con ejercicios físicos, la búsqueda del tiempo necesario y la sistematización, entre otros factores. Sin estos será difícil encontrar un buen resultado.

Planificación del entrenamiento mental a través del ajedrez:

1. Jugar sistemáticamente una partida de ajedrez, de no ser posible con humanos, puede utilizar algún programa de ordenador y medir su rendimiento día a día, organizándose simples torneos de partidas que no excedan los 25 minutos.
2. Reproducir partidas de ajedrez al menos dos veces por semana, puede incluso combinar el juego con el estudio de estas partidas y le recomendamos, de ser posible seguir aquellas que juegue o jugó su ajedrecista preferido, con lo cual se sentirá más a gusto.
3. Participar de ser posible en torneos de ajedrez que organice en su propia compañía. Motivándose a si mismo y al resto del equipo de trabajo a practicar este juego.
4. Las mejores horas para jugar o reproducir partidas es una vez que llegue a su oficina o en la tarde, nunca en la noche.
5. Debe combinar los ejercicios mentales a través del ajedrez con ejercicios físicos, en horarios diferentes de ser posible.

AUTOR

Roberto Mayor Gutiérrez (rmg@consultandoajedrez.com)

Director

www.consultandoajedrez.com

www.chess-in-business.com