

امروز یکی از دوستان (آقای شهرام فخر عبدالمهی)، مقاله فوق را برای من ارسال نمود تا متن آنرا برای دوستان ترجمه نمایم. در ابتدا تیتیر مقاله جالب به نظر آمد. بعد فکر کردم شاید بهتر است راجع به نویسنده، اطلاعاتی رو تهیه کنم و ببینم اصولا ایشان در حال حاضر چند ساله هستند و چه تجربه شطرنجی دارند؛

همانطور که دوستان کمی پر سن و سال تر میدانند، برخی ویژگیهای افراد میان سال یا کهن سال، را فقط باید تجربه نمود تا بتوان در مورد آن ویژگیها با اشراف کامل سخن گفت و قضاوت کرد!

نویسنده مقاله فوق آقای Yury Markushin متولد ۱۹۸۷ در ایالات متحده امریکا بوده و درجه بین المللی شطرنج نیز در FIDE ندارد؛ یعنی در حال حاضر حدود ۲۷ سال سن دارد و به نظر بنده هنوز جزو جوانان است. در هر صورت پای صحبت ایشان خواهیم نشست و ببینیم ایشان در این مقوله چه سخنان جالبی برای گفتن دارند:

این مقاله از روی وب سایت www.thechessworld.com مورخ ۱۲ دسامبر ۲۰۱۴ آورده شده است.

ده دلیل مختلف برای اینکه چرا بزرگسالان در یادگیری بازی شطرنج خیلی موفق نیستند!

خیلی از بازیکنان، سوال مشابه را از من میپرسند، که چرا در سنین ۳۰ سالگی، ۴۰ سالگی و یا ۵۰ سالگی پیشرفتی در بازی شطرنج پیدا نمی نمایند؟ آیا میتوان در این سنین، شروع به بازی شطرنج نمود، و درجات مختلف استادی FIDE را دریافت نمود؟ موانع اصلی که از طی مسیر در این سو وجود دارند چه میباشند، و چگونه میتوان بر آنها غلبه نمود.



۱) عدم وجود انگیزه کافی

عدم وجود انگیزه کافی در یادگیری بازی شطرنج و همچنین زندگی، یکی از مهمترین عوامل بازدارنده در ایم امر میباشد. در واقع چه تعداد از این افراد حاضرند، وقت تلویزیون نگاه کردن، روزنامه خواندن، و یا برقراری ارتباطات اجتماعی با دیگر دوستان خود را وقف یادگیری بازی شطرنج نمایند؟ سالها طول کشده، تا به دیدن سریال ساعت ۷ تلویزیون عادت کنند! (مترجم: این موضوع فقط در مورد یک فرد امریکایی تنبل صحت دارد!). به شما قول میدهم که تعداد معدودی از این دسته افراد میتوانند، وقت انجام این امور روزمره خود را به آموزش بازی شطرنج اختصاص دهند.

۲) حافظه خراب و ضعیف



در سطوح آماتور بازی شطرنج، حافظه نقش زیاد مهمی بازی نمیکند. اما اگر از خود انتظاری بیش از این دارید، آنوقت حافظه و قدرت آن تبدیل به یک معضل خواهد شد. خیلی از بزرگسالان، از مشکل حافظه و بخاطر سپاردن رنج میبرند، که این موضوع در سطوح بالاتر این بازی از اهمیت ویژه ای برخوردار میباشد. آماده کردن گشایش های مختلف، بیاد سپردن آخر بازیهای تپییک، و تشخیص الگوهای مشخص ترتیب مهره ها و ساختارها، از نمونه های مختلفی هستند که به حافظه وابسته اند و نیاز به حافظه نسبتا قوی دارند.

بعضی از بزرگسالان حتی شماره تلفن های ضروری خود را بیاد نمیآورند، و یا حتی شماره ملی خود را نمیدانند؛ حال چه گونه از ایشان میتوان انتظار داشت که بازی آناند و کرامتیک در سال ۲۰۰۷ را بخاطر بسپارند؟ البته لزومی ندارد که ایشان حافظه قوی مثل کارلسون داشته باشند، تا بتوانند عنوان استادی را کسب نمایند، اما داشتن حافظه حداقل به این موضوع کمک خواهد کرد.

۳) عدم توانایی در محاسبه شاخه ها و واریانتهای مختلف

این موضوع نیز یکی از معضلات بزرگسالان در یادگیری و پیشرفت، در بازی شطرنج میباشد. به نظر میرسد که ایشان دید مناسب در دیدن شاخه های بیش از سه حرکت بعدی را نمیتوانند ببینند و در ذهن خود تجسم نمایند. سوال خوبی که میتوان مطرح کرد این است که چگونه میتوان قابلیت برر سی و پیش بینی شاخه ها را تقویت نمود؟ حل مسائل مربوط به تاکتیک بدون بکارگیری صفحه مهره، تمرین یافتن بهترین حرکات، محاسبه شاخه های مختلف تا آنجا که مقدر میباشد؛ و ارزیابی پوزیسیون نهایی، یکی از تکنیکهای تقویت این امر خواهد بود. روش دیگری، بدین شکل که به صورت چشم بسته در برابر حریف کمی ضعیفتر، بازی نماییم میباشد. مزیت این روش در تصویر سازی ذهنی، و بخاطر سپردن پوزیسیون میباشد، که خیلی موثرتر از حل مسائل تاکتیکی میباشد.

۴) عدم وجود طرح درست برای مطالعه شطرنج

اکثر بزرگسالان کتب و مجموعه های متعددی برای مطالعه شطرنج در اختیار دارند. و در اکثر موارد، این کتب و جزوات آن چیزی که واقعا برای بهبود بازی آنان لازم میباشد نیست. در واقع این مجموعه کتب و اطلاعات مثل تکه های مختلف پازل میباشد. و برای اینکه شما بتوانید در شطرنج پیشرفت نمایید لازم است این تکه های مختلف پازل را به یکدیگر متصل نمایید؛ تا بتوانید تصویری از آموزش کامل را در ذهن خود بسازید. عموما وقتی تعداد ایتیمهای متعددی برای تصمیم گیری پیش رو دارید، تصمیم گیری نهایی سخت تر خواهد بود.

بزارید یک مثال بزنیم، فرض کنید فرم عضویت کلاس ورزش را پر نموده اید، اما دقیقا نمیدانید در داخل کلاس چه میخواهید انجام دهید و چه خواهد گذشت. شما نمی دانید که کدام تمرین کدام مجموعه ماهیچه های شما رو پرورش خواهد داد؛ همچنین شما نمیدانید که از ادوات و دستگاههای ورزشی میتوانید استفاده کنید. حتی

نمیدانید که با چه دوره زمانی باید تمرین خود را انجام دهید. حتی نمیدانید چی بخورید چقدر بخوابید و غیره. مطمئنا هر چند وقت یکبار به کلاس بدن سازی خواهید آمد یک چند تا وزنه هم بلند خواهید کرد نکاتی هم خواهید آموخت.

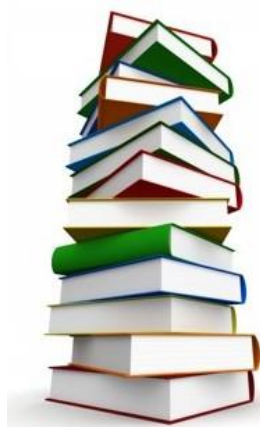
سوالی که مطرح میگردد این است که آیا بعد از یک چنین روش آموزشی، شما داری ماهیچه های ورزیده و یا بدن ورزیده خواهید شد؟ البته که نه! تازه اگر هم بدانید که چه باید بخوانید و چه باید بکنید بعد از چندین سال و حتی بعد از ضررهایی که به بدنتان خواهید رساند ممکن است به این ویژگیهای ذکر شده با گذشت زمان طولانی برسید.

بدین ترتیب آیا فکر میکنید که پیروی کردن از یک برنامه ورزشی مدون که به شما طرز خورد و خوراک، تمرین بر روی ماهیچه های خاص و غیره را به صورت روز به روز به ما ارائه دهد بهتر است و یا اینکه خودمان در این مورد مطالعه نماییم؟ مطمئن هستیم که با من هم عقیده اید که محصول این دو روش کاملا با یکدیگر متفاوت است.

این موضوع در مورد شطرنج نیز به همین شیوه خواهد بود. شما میتوانید خودتان شروع به مطالعه انواع گشایش، روشهای مختلف تکنیکی، حل مسائل مختلف، بنمایید، اما این راهی بس طولانی بوده و خیلی از بزرگسالان حوصله و وقت این مسیر را ندارند.

اکثر بازیکنان لازم است کاملا بدانند که در طی مسیر چه باید بنمایند تا پیشرفت کنند. بایستی به آنها مسیر پیشرفت را نشان داد و چه میزان زمان باید بر روی موضوع خاص گذارند و چه انتظاری از خود بعد از اجرای آن برنامه داشته باشند. مطالعه کردن اگر در راستای یک برنامه مدون و مشخص باشد بسیار ساده تر و سودمندتر خواهد بود.

چرا باید چرخ را دوباره اختراع کنیم وقتی آن وجود دارد! بهتر است فقط از آن استفاده نماییم.



۵) بی ثباتی روانی

یکی دیگر از ویژگیهای بزرگسالان بی ثباتی روانی آنان میباشد که امکان برد آنان را کمتر میکند. چند بار تا بحال افرادی را دیده اید که بعد از قرعه کشی و تنظیم جدول مسابقه، با دیدن حریف خود که مثلا ۴۰۰ امتیاز از او بالاتر میباشد، روحیه خود را حفظ کرده و بگوید من در این دور خواهم برد؟

خوب البته شما در چنین شرایطی نخواهید برد! و حتی قبل از آغاز نبرد، شما خود را برای باخت آماده نموده و خواهید باخت. توصیه من به چنین بازیکنانی آن است که عموما به ریتینگ حریف توجه نکرده و بازی خود را انجام دهید. ابتدا ممکن است این موضوع کمی سخت باشد اما بعد از مدتی به آن عادت کرده و از لحاظ روحی قوی خواهید شد.

۶) استقامت کم در شطرنج (و یا بنیه کم شطرنجی)

خیلی از بزرگسالان عموما از کم بودن بنیه شطرنجی رنج میبرند. معنی این موضوع آن است که در ۲ الی ۳ ساعت اول بازی ایشان بدقت به اتفاقات روی صفحه توجه دارند، ولی پس از آن دقت و تمرکز خود را از دست داده و اشتباهات زیادی را مرتکب میشوند. این موضوع برای یک شطرنج باز خطر آفرین میباشد، فرض کنید که ۲ الی ۳ ساعت ابتدای بازی را خوب بازی نمایید، اما بعد از آن بازی را بدلیل ضعف جسمانی، واگذار نماید. حتی در مورد ویشی آناند ۴۴ ساله که در برابر مگنوس کارسون مبارزه میکرد نیز، این موضوع بوضوح دیده شد که اشتباهات ایشان در انتهای بازی و بعد از گذشت چند ساعت از ابتدای بازی نمایان میگردد.

چه باید کنید تا بنیه شطرنجی شما بهبود یابد؟ تمرینات فیزیکی، یکی از مهمترین فعالیت هائیسست مه بایستی انجام گیرد. بدین ترتیب در کنار آموزشهای منظم شطرنجی، اگر تمرینات بدنی نیز داشته باشید میتوانید، بنیه ذهنی و بدنی خود را حفظ نمایید.

۷) ترس از ارواح!

برخی از شطرنج بازان خصوصا بزرگسالان دچار ترس از ارواح میشوند. در واقع آنان از ترس اینکه مبدا خطایی از آنان سر بزند، آنقدر روی این موضوع تمرکز میکنند، که تمرکز روی بازی را از دست میدهند. این رفتار آنان را تحت فشار فشار بسیار زیاد قرار میدهد که منجر به کاهش بنیه بازی و افزایش تنش در آنان میگردد. برای مبارزه با این مشکل، نیاز به افزایش میزان اعتماد به نفس خویش دارند. و تنها راه برای رسیدن به این اعتماد به نفس، تمرین بیشتر و برد بیشتر در بازهای متعدد خواهد بود.

۸) عدم روحیه مبارزه و جنگجویی

عدم وجود روحیه مبارزه، یکی دیگر از دلایل عدم پیشرفت بزرگسالان در شطرنج میباشد. در واقع علی رغم روحیه بازیکنان جوان، ایشان شطرنج را تنها به عنوان یک بازی دیده و موضوع برد و باخت برایشان خیلی اهمیت ندارد! با چنین روحیه ای در بازی، خیلی سخت است که با ماکزیمم توان بازی نموده، و انگیزش کافی برای حرکت رو به جلو و پیشرفت را داشته باشند.

۹) عدم توانایی کنترل فشار بازی

جالبه که خیلی از بزرگسالان نمیتوانند فشارهای حاصل از بازی را مثل حریفان جوان خود کنترل نمایند. زمانی که آنان در بازی مورد حمله قرار میگیرند، تمرکز خود را از دست میدهند و در نهایت شکست خواهند خورد. برای موفقیت در شطرنج لازم است ایشان به این موضوع توجه خاص نمایند. این موضوع را خصوصا میتوان در زمان تمرین و تحت فشارهای خیلی زیاد بازی در حین تمرین بهبود بخشید؛ خصوصا زمانی که یک سوار عقب میباشید و یا تحت شرایط فشار پوزیسیونی قرار دارید. اگر در حین اجرای تمرینات تحت شرایط فوق، مقاومت نموده و سرافراز بیرون آید، در بازی اصلی نیز توانایی کنترل فشارتان بهبود خواهد یافت.

(۱۰) مدیریت زمان لازم برای تمرین

در حقیقت خیلی از بزرگسالان نیز میتوانند مانند جوانان و در زمان مشابه توانایی بازی خود را بهبود دهند. برای این منظور بایستی خود را وقف شطرنج نمایند بطوری که بطور منظم در برنامه های آموزشی شرکت کنند، در مسابقات به صورت منظم بازی نمایند و بازیهای تمرینی را به طور منظم انجام دهند.

برای پیشرفت جدی در این مورد و رسیدن به درجه IM لازم است حداقل روزانه ۴ الی ۵ ساعت خود را به شطرنج اختصاص دهد! که البته برای خیلی از افراد که شغل روزانه، دوستان متعدد و خانواده دارند، مسئله ساز خواهد شد. و این تنها وقتی مقدور خواهد شد که قصد بازی حرفه ای شطرنج را داشته باشید.

اما اگر منظور شما از بازی قرار گرفتن در سطح A و یا استادی باشد، لازم نیست که از خیلی از علائق روزمره خود که از آنان لذت میبرید، دست بکشید. خیلی از بزرگسالان برای رسیدن به این مقصود از سطح elo ۱۲۰۰ نیاز به ۲ الی ۳ و در بدترین حالت ۴ سال تمرین خواهند داشت؛ به شرط آنکه بر طبق برنامه مشخص و نصایح دقیق قدم بردارند.