



### O DESENVOLVIMENTO DOS PROCESSOS COGNITIVOS ATRAVÉS DO JOGO DE XADREZ: MELHORANDO AS FUTURAS TOMADAS DE DECISÕES

Luiz Ricardo Miguel<sup>1</sup>  
Fernanda Priscila Ramos Ott<sup>2</sup>  
Karen Cristina Martins<sup>3</sup>  
Luiz Mathias Martins Souza<sup>4</sup>  
Or. Dr. Maurício Wisniewski<sup>5</sup>

**Resumo:** *O presente estudo buscou analisar os benefícios da prática do jogo de xadrez para a cognição humana e conseqüentemente sua contribuição para uma melhor capacidade de escolhas em situações futuras. O desenvolvimento cognitivo é um aspecto fundamental para uma saúde mental adequada do sujeito, fornecendo à este, melhor capacidade de cuidar do outro. Constatou-se que o jogo contribui de maneira significativa para a psique do praticante.*

**Palavras chaves:** Xadrez; Psicologia; Cognição; Empatia.

#### Introdução

A prática do xadrez tem sido frequentemente estudada na Psicologia. O alvo desse interesse está nas diversas áreas cognitivas estimuladas durante uma partida. O jogo aborda, dentre outros fundamentos, a tomada de decisão, paciência, estratégia e concentração, aspectos esses, que estão presentes na rotina diária de qualquer indivíduo (SILVA, 2004).

Filguth *et al.* (2007) aponta que a prática do jogo, fornece ao indivíduo melhores condições na tomada de decisões, contribuindo diretamente para uma melhor performance do sujeito no dia a dia e em suas relações com o outro.

Desta maneira, ao praticar xadrez o sujeito cuida não só de sua saúde mental, mas também passa a estar melhor preparado para interagir com os demais indivíduos.

#### Objetivos

Discutir como o sujeito pode usar o xadrez como meio de autocuidado psicológico.

#### Metodologia

O presente trabalho foi realizado através de ferramentas bibliográficas virtuais, como livros e artigos científicos. A área de formação dos autores utilizados, constitui-se de psicólogos, pedagogos, enxadristas. Gil (2008) define a pesquisa bibliográfica como uma produção baseada em material já elaborado.

<sup>1</sup> Graduando em Psicologia, Faculdade Santana, ricardopg883@gmail.com.

<sup>2</sup> Graduanda em Psicologia, Faculdade Santana, fernanda.pri.ott@gmail.com.

<sup>3</sup> Graduanda em Psicologia, Faculdade Santana, karenmartins95@outlook.com.

<sup>4</sup> Graduando em Psicologia, Faculdade Santana, mathias.luiz1@gmail.com.

<sup>5</sup> Graduado em Psicologia pela UFPR, doutor em educação pela UFPR, profmauriciowis@gmail.com.

## Discussão

O xadrez é um jogo de tabuleiro, disputado em 64 casas, em que cada um dos dois jogadores dispõe inicialmente de 16 peças. Existem 6 tipos de peças diferentes, cada uma realizando um diferente movimento, com o objetivo final de capturar o rei inimigo.

Apesar de ser um jogo simples, existe uma vasta possibilidades de movimentos a cada jogada, além de não haver a influência do acaso (Filguth, 2007), que o torna uma valiosa ferramenta para a Psicologia.

Conforme Silva (2004) “o enxadrista não é capaz de calcular todas as variações e deverá conceituar as posições da partida antes de fazer suas escolhas” (p. 2). Diante disso o jogador está constantemente desafiado a fazer projeções de futuras situações, sob o risco de sofrer uma punição no caso de uma escolha (movimento) equivocada. O contrário, também é verdadeiro. Fazer uma escolha correta pode trazer benefícios. Contudo, é requisitada a atenção, a paciência, a estratégia e uma leitura das jogadas do adversário.

Conforme o indivíduo passa a jogar regularmente, verifica-se uma melhora em diversas instâncias cognitivas, dentre as quais pode-se destacar:

- **Concentração:** De acordo com Filguth (2007) a concentração traz recompensas ao jogador, ou pode puni-lo imediatamente na ausência desta.
- **Criatividade:** Por tratar-se de um jogo de estratégia, surpreender o adversário confere uma grande vantagem, assim a criatividade é constantemente trabalhada (SILVA, 2004).
- **Inteligência:** Ao planejar um jogada o jogador é estimulado a antever as possíveis melhores jogadas de seu oponente, para decidir sua estratégia (FILGUTH, 2007).

Christofolletti (2007) coloca que a prática do jogo deve ocorrer de maneira prazerosa, para que os benefícios psicológicos, sejam melhor desenvolvidos.

Estas características desenvolvidas durante a prática do xadrez podem também refletir em comportamentos cotidianos. O ex-campeão mundial Garry Kasparov (2011) relata que a prática do esporte dá ao praticante, a capacidade analisar determinadas situações sob várias óticas.

Sobre isso Gessi e Silva (2004) colocam que,

Vygotsky afirmou que embora no jogo de xadrez não haja uma substituição direta das relações da vida real, ele é sem dúvida, um tipo de situação imaginária. Pode-se dizer que, conforme propõe este grande psicólogo, através da aprendizagem do xadrez, a criança estaria elaborando habilidades e conhecimentos socialmente disponíveis, passando a internalizá los, propiciando a ela um comportamento além do habitual de sua idade. (p. 5)

Esses benefícios pessoais adquiridos, também dão ao sujeito uma melhor capacidade de lidar e cuidar do outro. Xavier e Daltro (2015) explicam que um sujeito com uma saúde mental fortalecida tem melhor manejo e sofre menos estresse ao cuidar do outro.

## Considerações finais

Conclui-se que a prática do xadrez traz significativas melhoras em diversos aspectos cognitivos. A simplicidade dos movimentos e regras em contraste com imensa variabilidade de jogadas, proporciona ao jogador, um constante desafio para a solução de problemas. A base intelectual proporcionada pelo jogo, pode também ser empregada em situações do cotidiano, melhorando seu bem estar e promovendo sua saúde mental

Dentro da temática *Cuidar de si para cuidar do outro*, verifica-se que a prática do xadrez apresenta grandes resultados. Um ponto facilitador é que o jogo é acessível e prático de jogar. Além da versão clássica dos tabuleiros o jogo pode ser facilmente instalado em aparelhos celulares, notebooks entre outros, podendo inclusive ser praticado sozinho. Novos estudos dentro da Psicologia mostram-se necessários, visto o potencial que o jogo apresenta.

## Referências

CHRISTOFOLETTI, Danielle Ferreira Auriemo. **O xadrez nos contextos do lazer, da escola e profissional: aspectos psicológicos e didáticos**. 2007. Acesso em: 08/10/2019. Disponível em: [https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/96045/christofoletti\\_dfa\\_me\\_rcla.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/96045/christofoletti_dfa_me_rcla.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

FILGUTH, Rubens. **A importância do xadrez**. Artmed Editora, 2009. Acesso em: 08/10/2019. Disponível em: [https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=lang\\_pt&id=YHig1j0g2cYC&oi=fnd&pg=PR5&dq=xadrez+psicologia&ots=JrryLZL-kB&sig=ZkYFcMnnXK12hOXr\\_oXlciFjGEg#v=onepage&q=xadrez%20psicologia&f=false](https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=lang_pt&id=YHig1j0g2cYC&oi=fnd&pg=PR5&dq=xadrez+psicologia&ots=JrryLZL-kB&sig=ZkYFcMnnXK12hOXr_oXlciFjGEg#v=onepage&q=xadrez%20psicologia&f=false)

GESSI, Fernando José S.; SILVA, Marcelo. **A importância e benefícios do xadrez no processo de formação**. Paraná, 2014. Acesso em: 08/10/2019. Disponível em: [http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospd/pdebusca/producoes\\_pde/2014/2014\\_ufpr\\_edfis\\_artigo\\_fernando\\_jose\\_sanglard\\_gessi.pdf](http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospd/pdebusca/producoes_pde/2014/2014_ufpr_edfis_artigo_fernando_jose_sanglard_gessi.pdf)

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. Ed. São Paulo: Atlas. 2008.

KASPAROV, Garry. Entrevista - Programa do Jô. 2011. Duração 17:10 min. Acesso em: 08/10/2019. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Z2Ge8izYW0M>

SILVA, Wilson da. **Processos cognitivos no Jogo de Xadrez**. 2004. Acesso em: 08/10/2019. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Wilson\\_Silva5/publication/26976447\\_Processos\\_cognitivos\\_no\\_Jogo\\_de\\_Xadrez/links/53cffe6a0cf2fd75bc5b368a/Processos-cognitivos-no-Jogo-de-Xadrez.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Wilson_Silva5/publication/26976447_Processos_cognitivos_no_Jogo_de_Xadrez/links/53cffe6a0cf2fd75bc5b368a/Processos-cognitivos-no-Jogo-de-Xadrez.pdf)

XAVIER, Luanna Carvalho; DALTRO, Mônica Ramos. **Reflexões sobre as práticas de autocuidado realizadas por psicólogos (as)**. Revista Psicologia, Diversidade e

Saúde, v. 4, n. 1, 2016. Acesso em: 08/10/2019. Disponível em:  
<https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/643/52>

**Anexo dos participantes**

Autor:

Luiz Ricardo Miguel - RG 10 369 924 0

Coautores:

Fernanda Priscila Ramos Ott - RG 10 286 542 1

Karen Cristina Martins - RG 12 761 292 7

Luiz Mathias Martins Souza - RG 10 793 898 2

Orientador:

Dr. Maurício Wisniewski - RG 45 293 793