

Г. А. Тимошенко,
міжнародний гросмейстер з шахів

РІЗНОМАНІТНІ АСПЕКТИ ГРИ В ШАХИ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ

Рассмотрена роль шахмат в системе реабилитации людей с особыми потребностями. Исследованы различные аспекты игры в шахматы: научный, спортивный, эстетический, творческий. Показана воспитательная роль шахмат в формировании личности. Уделено внимание социальной роли шахмат как особого средства общения между людьми, позволяющего расширить круг общения, приобрести новых друзей, организовать встречи по интересам. Особенно важен социальный аспект шахматной деятельности для людей с особыми потребностями, которые часто испытывают дефицит общения. Показано, что шахматы — прекрасный вид активного досуга.

The importance of chess in the rehabilitation system of people with special needs is considered. Different aspects of chess play: scientific, sportive, esthetic, creative is investigated. Bringing up role of chess in personality forming is shown. Attention is paid to social role of chess as a power means of communication between, people which allow extending the circle of intercourse. Social aspect of chess is especially important for people with special needs who often experience deficiency of personal contacts. It is shown that chess is a wonderful form of active spare time.

Важко переоцінити роль інтелектуальних занять у житті людей з особливими потребами. Гра в шахи і шашки, розв'язання шахових задач, шахових композицій, участь у вікторинах і конкурсах — усе це дає змогу таким людям відчувати себе рівними або навіть кращими порівняно з цілком здоровими людьми.

Шахова гра є багатогранною, і вона містить різні аспекти людської діяльності — творчий, науковий, виховний, спортивний, особистий, естетичний тощо.

Потреба протидіяти волі суперника, а також обмеженість у часі привносять в інтелектуальну гру спортивний елемент. У передмові до підручника Гмануель Ласкер в 1926 р. так і написав: «Тут репрезентована ідея старої шахової гри, ідея, яка дала їй снагу проіснувати тисячоріччя.. Це ідея боротьби...» [1]. Справді, шахи — це жорстка інтелектуальна боротьба двох суперників у рамках чітких

правил, яка вимагає напруження не тільки розумових, а й фізичних сил. На відміну від фізичних єдиноборств, таких, як бокс чи боротьба, шаховий поєдинок триває 4–5 годин, які потребують постійної зосередженості й неослабної уваги. Єдина помилка може звести нанівець усі зусилля як за шаховою дошкою, так і за час тривалої попередньої підготовки.

Науковий аспект гри в шахи

Гру в шахи нерідко порівнюють із науковою працею. Чи так вже схожі ці види людської діяльності?

Шахи сприяють культурному й інтелектуальному розвитку людини. Гра в шахи вимагає постійного інтелектуального напруження, розв'язання складних логічних задач. Така постійна робота мозку сприяє зростанню розумового потенціалу і не тільки у сфері шахів. Почасту діяльність шахового майстра порівнюють із діяльністю наукового працівника [2]. Але принципова різниця між цими двома видами діяльності полягає у тому, що науковий працівник не має погребі протидіяти зусиллям суперника. Крім того, наукова діяльність не обмежена жорсткими часовими рамками. Серед медиків побутує думка, що люди, які постійно тренують свій мозок, менше хворіють і довше живуть.

Шахи, як і наукова праця, потребують серйозної теоретичної підготовки. Шахістом високого класу можна стати лише тоді, коли в тебе за плечима вагомий теоретичний багаж, є знання багатьох дебютів, закінчень, комбінацій, техніки гри в мітельшпілі, коли ти постійно працюєш над спеціальною літературою. Існують тисячі шахових підручників, енциклопедій, постійно виходять десятки спеціальних журналів різними мовами світу. Звичайно, сучасна підготовка шахіста неможлива без використання інформаційних технологій. Мільйони партій, котрі розігруються в тисячах турнірів, накопичуються в потужних базах і банках даних, доступ до яких неможливий без знання комп'ютера. Інформаційні технології різко зменшили час, за який зіграна партія доходить до кожного, хто бажає з нею ознайомитися. Тепер немає потреби друкувати цю партію, можна практично в день гри отримати інформацію про партію через Інтернет. Сьогочасний майстер високого класу мусить добре володіти комп'ютером, вміти здобути потрібні відомості з бази даних за допомогою запиту, послати свою партію з використанням електронної пошти, виставити інформацію для подальшого обговорення широким загалом на Web-сайті.

Під час партії шахіст подібно до наукового працівника весь час займається аналізом. Добре грають у шахи лише ті, хто вміє аналізувати позицію, прогнозувати розвиток подій, досконало володіє логічним мисленням. Такий аналіз потребує опрацювання величезних обсягів інформації. Чим більший обсяг інформації здатний тримати шахіст у своїй пам'яті, тим глибший його аналіз, тим ліпші його результати.

Коли партія завершена, шахіст, подібно до науковця, повинен добре володіти пером, аби плідно прокоментувати партію, щоб її можна було занести в базу даних або написати статтю до шахового журналу.

Висновки відносно партії, що була зіграна, — це знову ж таки аналітична робота, яка допомагає накопичити досвід і сприяє подальшому піднесенню майстерності. Шаховий аналіз партії, яка була зіграна, потребує гармонійного поєднання абстрактного мислення із конкретним. Конкретні результати окремої партії можна узагальнити і надати рекомендації відносно гри у схожих обставинах. Це вже етап синтезу. Проаналізувавши кілька партій, в яких певний розвиток дав перевагу тій чи іншій стороні, можна зробити свій внесок у шахову теорію. Приміром, на основі такого аналізу були зроблені узагальнення, які тепер стали класичними методами ведення гри: перевага двох слонів або перевага коня над слоном у закритій позиції.

Як і наукова розробка, нові теоретичні положення передбачають експериментальну перевірку й вдосконалення у процесі практичного їх використання.

Таксамо, як і творча діяльність у будь-якій галузі науки сприяє інтелектуальному розвитку науковця, гра в шахи сприяє розумовому розвитку шахіста. Людині, яка грає в шахи, як правило, під силу розв'язати досить складні логічні або математичні задачі.

Існують і такі сфери шахової творчості, як розв'язання шахових задач, а також шахова композиція — складання таких задач. Тут немає протидії суперника, і ці види ще більше нагадують наукову працю.

Спортивний аспект

Особливо привабливі шахи для мільйонів своїх шанувальників тим, що в них закладено ідею змагання. Шахова партія — це змагання двох людей, а вся історія шахів — це розповідь про незчисленні турніри, матчі, особисті і командні зустрічі. Шахісту, як і будь-якому спортсмену в іншому виді спорту, важливо здобути

достойне місце в змаганнях. Кожного спортсмена цікавить його власне місце поміж інших прихильників того виду спорту, яким він займається. Крім теоретичного багажу, шахісту для успішних виступів у змаганнях треба зберігати належну фізичну форму. Шахова партія триває 4–5 годин, під час партії не можна ні на хвилину розслабитись, адже одна-єдина помилка може звести нанівець усю партію. Гра в шахи вимагає постійної зосередженості, зібраності, вміння мобілізувати всі свої сили. Спортивний елемент привносить у шахи і шаховий годинник. Саме через обмеженість часу на обміркування ходів потрібно вміти «вмістити» усі свої думки, розрахунки, аналіз у вузькі часові рамки.

Висококласному шахісту потрібно постійно вдосконалювати свою фізичну форму, розробити індивідуальну систему тренувань з урахуванням особистих потреб.

Соціальний аспект

Кожна людина існує в якомусь соціальному просторі — веде соціальне життя, включає себе в навколишнє середовище як особистість, як член мікро- і макросоціуму. Соціальне життя — це заглиблення в міжособистісні стосунки, реалізація прагнення зберегти їх, поширити свій вплив, посилити авторитет тощо. Поза соціальним простором людина не може задовольнити свої соціальні потреби. Соціальний простір є насамперед простором сучасників, спільнотою людей, які виявляють активність, безпосередньо спілкуються один з одним і впливають один на одного.

Гра у шахи дає змогу розширити коло спілкування, знати нових друзів, організувати численні зустрічі за інтересами. Особливо важливий соціальний аспект шахової діяльності для людей з особливими потребами, які часто відчують дефіцит людського спілкування.

Яскравий приклад людини-інваліда, яка завдяки шахам посіла гідне місце у громадському житті країни, — це життя і діяльність Павла Антоновича Гризо.

Важко переоцінити внесок цієї чудової людини і трудівника, яка віддала все своє життя заочним шахам. Прикутий до ліжка, з 1959 до 1982 року він був незмінним організатором і головним суддею українських заочних змагань, капітаном збірної команди України у всіх матчах. Партнери часто не здогадувалися, що з ними грає інвалід. Людина з обмеженими можливостями зуміла зайняти гідне місце в шаховому житті України і зробити чимало корисного для суспільства. А скільки колег підтримував і «заражував» грою за

листуванням Павло Антонович, адже він не залишив без відповіді жодного листа! На згадку про ветерана, в Одесі, щорічно у вересні, понад 10 років проводить меморіал — очний шахово-шашковий фестиваль заочників, який залучає багато ентузіастів.

Існування в духовному просторі — це духовне життя, включення у світ духовного як суб'єкта, що має духовні потреби: приєднання до вищих цінностей людського буття (ідеалів моральності). Духовне життя — це і реалізація прагнення внести свій вклад у збереження найвищих цінностей. Це також і діяльність, спрямована на розширення кола людей, що сповідають ті ж самі цінності, котрі обґрунтовані суб'єктом, або цінності, до яких він приєднався як послідовник.

Духовність як явище загальнолюдського масштабу не могла б існувати, якби окрема особа не мала внутрішнього світу, особистого сенсу життя або бажання його придбати. Шахи об'єднують людей, які поділяють ті ж самі духовні цінності, прилучають до духовного життя окремої особи цілий колектив однодумців.

Шахи — інтернаціональний вид спорту. Це засіб всесвітнього невербального спілкування. Зникають мовні бар'єри, заочники можуть спілкуватися в інтелектуальній сфері без посередництва глумача. Якщо навіть партнери не знають жодного слова на мові свого супротивника, вже через кілька ходів вони починають розуміти найтонкіші нюанси замислів партнера.

Зникають бар'єри простору — шахісти Австралії та Європи можуть спілкуватись у будь-який момент часу або з використанням електронної пошти, або майже безпосередньо в режимі on-line. Сучасні інформаційні технології, прогресивні методи візуалізації з використанням 3D-графіки створюють повну ілюзію присутності і живого спілкування. Це робить гру в шахи ще привабливішою і інтегрує людей з особливими потребами в єдину спільноту.

Шахи як активне дозвілля

Шахи — прекрасний вид дозвілля для мільйонів людей. Особливо це стосується людей, які через інвалідність позбавлені можливості займатися фізичним дозвіллям. Ціла низка людей обмежена у просторі — це космонавти, полярники, хворі, для таких людей шахи заповнюють нішу активного дозвілля.

Під час гри відбувається спілкування з людьми, які близькі вам по колу інтересів й інтелектуальному рівню. Саме шахи дають «розкіш людського спілкування».

Космонавт Віталій Севастьянов, який упродовж багатьох років очолював Шахову федерацію СРСР, розповідав: «Шахи — один із небагатьох видів спорту, що доступні людям, які перебувають у стані невагомості. У космосі, де поняття тяжіння взагалі не існує, багато які спортивні досягнення і рекорди повністю втрачають свій сенс. Будь-яка штанга стає не важчого, ніж пір'ячко, а диск або спис можна метнути так далеко, що вони перетворюються на «штучні супутники» Землі або іншого космічного тіла.

Звичайно в космічних польотах ми не сидимо, склавши руки. Необхідно постійно підтримувати фізичну форму, інакше людський організм, звичний до земних навантажень, швидко втрачить свої природні властивості. Але фізичні вправи на снарядах — це не стільки спорт, скільки медична процедура. Між тим потребу в спортивному змаганні у людини не можна знищити. Вона ще відчутніша в даліні від друзів і рідної планети. Я б навіть назвав це почуття «спортивною ностальгією».

Але люди в космічних польотах не повинні почуватися обділеними. Від їхнього настрою значною мірою залежить успіх справи, якою вони займаються, і навіть безпека самого польоту. І тут на допомогу приходять шахова гра з її спортивним азартом, гарячою зацікавленістю її учасників. Зв'язок космічного екіпажу із зовнішнім світом відбувається на основі спільних спортивних інтересів. Це дає змогу космонавтам легше переносити психологічні труднощі тривалого польоту у замкненому просторі» [4].

Для деяких інвалідів, позбавлених можливості пересуватись у просторі, умови життя нагадують умови життя космонавтів. І тому ставлення до шахів у них нагадує ставлення космонавтів у польоті.

Шахи — прекрасний відпочинок, причому активний, здоровий, насичений. Особливо корисним він є для людей розумової праці, оскільки допомагає різко і безболісно переключати думку в іншому напрямі. Гра в шахи може дати повну релаксацію. Іноді достатньої півгодинної зустрічі за шахівницею, аби відпочити і відчути себе бадьорим і сповненим сил.

Естетика шахів

Відомий гросмейстер Давид Бронштейн [3] назвав шахи шасливим мистецтвом. Це мистецтво живе не тільки у пам'яті свідків. Воно зберігається у кращих партіях майстрів і не зникає, коли майстер залишає сцену. Красивою партією можна милуватись як справжнім витвором мистецтва, повторно переживаючи при аналізі всі

тонкощі боротьби й польоту фантазії. Шедеври шахового мистецтва, що були створені Петровим і Морфі, Чигоріним і Альохіним, Ласкером і Капабланкою, багатьма визначними шахістами нашого часу, будуть і через тисячу років хвилювати поціновувачів шахів, приносити їм справжню естетичну насолоду. Сервантес писав, що шахи нагадують життя. Справді, кожен шахову партію можна розглядати як модель життя людини. Це стосується не тільки дій фігур на шаховій дошці, але й усього характеру шахової баталії. Тут є і надії, і напружені пошуки шляхів до поставленої мети, і боротьба за її досягнення [4]. А буває й так: коли успіх уже близький, все руйнується через прикрий промах. За кілька годин поєдинку шахіст переживає від початку до кінця життєву драму, сповнену найгостріших колізій і зіткнень, пристрастей і боротьби. І в цій драмі він не просто спостерігач, а прямий учасник, який відчуває всю радість перемоги або гіркоту поразки.

Ось чому можна стверджувати, що шахова партія охоплює таку гаму естетичних аспектів, яка за своєю цілісністю, завершеністю, гармонійністю становить одну із чудових форм розвитку культури людства. Краса партії вміщує в себе і головоломні комбінації, які базуються на інтуїції та глибокому розрахунку, і незламну логіку закінчень, і пошуки прихованих можливостей. Взагалі шахи красиві тим, що вони побудовані на найтонкіших нюансах, за якими криються глибокі закономірності і невичерпні можливості шахової боротьби.

Творчий аспект

Коли ми знайомимось із шедеврами мистецтва, наприклад, із шедеврами літератури, музики чи архітектури, і захоплюємось їх красою, ми відчуваємо світлі почуття. Такі ж відчуття викликають твори шахового мистецтва. Російський письменник Іван Тургенев, милуючись грою одного з достойників шахової гри, так схарактеризував процес боротьби: «Він не грає, а нібито візерунки малює, досконалий Рафаель».

Кожна шахова партія — це спектакль із двома дійовими особами, який розігрується за відомими правилами, але без готового сценарію. На очах глядачів дійові особи самі створюють сценарій і запроваджують його у життя. В інших видах мистецтва глядачі знайомляться з уже готовим твором, а в шахах багато хто має можливість слідкувати за самим творчим процесом і бачити, як народжується партія. Самим шахістам-митцям цей вид творчості надає глибоке задоволення і наснагу.

Особистий аспект

Самооцінка — це думка людини про саму себе, яка сформувалася через порівняння себе з іншими людьми [5]. Гра в шахи, особливо в разі, коли ця гра успішна, сприяє підвищенню самооцінки гравця. Достатньо висока самооцінка надзвичайно важлива для збереження психологічної сталості людини. Еразм Роттердамський писав: «Людина повинна милуватися сама собою, тільки, коли вона подобається самій собі, зможе вона подобатися й іншим». Особливу важливу роль відіграє висока самооцінка для людей з особливими потребами, які часто відчують комплекси, пов'язані з їхнім фізичним станом.

Варто зауважити, що мова йде про адекватну самооцінку. Викривлення свого образу, перебільшення своїх позитивних якостей, прагнення виявити суттєві вади у своєму оточенні — це шляхи, які уводять вбік. Вагомою є здатність приймати себе зі всіма своїми плюсами і мінусами, потрібна віра в себе, у свої здібності і сили, упевненість у тому, що в інших людях більше позитивного, ніж негативного, що світ не є ворожим до тебе, що у світі перемагає добро.

Самооцінка — це не просто деякий бал, який людина виставляє сама собі. Самооцінка є вельми важливою складовою частиною особистості. В самооцінці злиті різні аспекти ставлення особистості до себе. Порушення самооцінки призводять до втрати душевної рівноваги, незадоволення життям.

Побудова свого життя, пошуки його сенсу відбуваються успішніше за достатньої упевненості у собі. Непевність, занижена самооцінка є частою причиною неблагополуччя в міжособистісних відносинах веде до внутрішнього дискомфорту, багатьох психічних і тілесних розладів.

Оцінити самого себе — означає розглянути себе всередині деякої ієрархічної системи. Люди вельми відрізняються за їхнім відчуттям власної гідності, і багато які з цих ознак виявляються в повсякденному житті. Якщо особистість — це організація цінностей, то ядром такої функціональної єдності є самооцінка.

Багато з того, що людина робить або відмовляється робити залежить від рівня її особистої гідності. Ті, хто самі не вважають себе особливо талановитими, не прагнуть до високих цілей і не, коли їх спідкає невдача. Люди, які вважають себе не здатними протистояти спокусі, зазвичай ухиляються від ситуацій. Людина, яка думає про себе як про нікчемний, нічого не вартий об'єкт, нерідко не докладає

зусиль, аби покращити свою долю. З іншого боку, ті, хто високо себе цінує, часто схильні працювати з великим напруженням. Вони вважають нижче своєї гідності працювати недостатньо добре. Кожен індивід має певну Я-концепцію, яку він прагне зміцнити і піднести, але існують значні відмінності у тому, до якого ступеня він здатен жертвувати заради самого себе.

Цілком незалежно від соціального статусу більшість людей оцінює себе як неповторну людську істоту. Соціальний статус може бути змінений, але те, чим суб'єкт є як людська істота, залишається відносно постійним. Кожен володіє індивідуальним набором фізичних рис, які він може знаходити привабливими чи непривабливими. Він характеризується також певною системою шаблонів поведінки — його особистістю, яку може оцінювати як чудову або бридку. Існують риси, за якими його оцінюють як іншими, так і він сам [6; 7].

Те, що ми думаємо про себе справляє глибокий вплив на все наше життя. Люди, які усвідомлюють власну значущість, як правило, поширюють довкола себе ореол задоволеності. Вони менш залежні від підтримки і схвалення оточуючих, оскільки навчилися самі себе стимулювати. Такі люди своєю заповзятливістю й ініціативністю примушують оберталися соціальний механізм, і відповідно їм дістається лєвова частка благ, які надає суспільство.

Люди з високою самооцінкою не засмучуються, коли їх критикують, і не бояться бути відчуженими. Вони скоріш готові подякувати за «конструктивну пораду». Отримавши відмову, вони не сприймають її як приниження своєї особистості. Причини її вони розглядають інакше: варто було б докласти більше зусиль, не йти напролом; прохання було надмірним або, навпаки, несуттєвим; час і місце були обрані невдало; людина, яка дала відмову, сама страждає від якихось проблем, і тому їй потрібне розуміння. У всякому разі причини відмови — не в них, а поза ними; ці причини варто проаналізувати, аби перегрупувати сили і розпочати новий наступ більш надійними засобами. Таким людям легко бути оптимістами, вони частіше досягають свого, ніж програють.

Вельми важливим для шахіста є його психологічний стан. І коли супротивники приблизно рівні за своїми здібностями, однаково підготовлені в шаховому і фізичному плані, перевагою стає саме психологічна стійкість, холоднокровність, розуміння чужих слабкостей

і вміння їх використати. В якусь мить цю перевагу потрібно помножити на волю та енергію і зробити вирішальною.

Виховна функція шахів

Важко переоцінити виховну роль шахів, особливо для дітей і молоді. Якщо дитина захоплюється грою в шахи, можна з великою часткою ймовірності стверджувати, що вона вже не стане здобиччю вулиці, з її згубними звичками. Кожна партія, кожен турнір — це іспит головних якостей характеру: волі, мужності, цілеспрямованості і наполегливості. Досвід показує, що в тих навчальних закладах, де учні захоплюються шахами, зростає успішність з усіх предметів [8].

Шахи виховують у молодій людини такі позитивні риси, як працьовитість, воля до перемоги, вміння поставити конкретну мету і досягти її здійснення, вміння працювати з літературою, контактність з іншими людьми.

Таким чином, для людини з особливими потребами шахи — це ще один шлях до повноцінного життя, сповненого пошуками, творчістю, спортивним азартом, інтелектуальною боротьбою, ще один засіб самовдосконалення, підвищення своєї самооцінки.

Література

1. Ласкер Э. Учебник шахматной игры.— М.: ФиС, 1980.
2. Ботвинник М. М. Аналитические и критические работы 1928—1986.— М.: ФиС, 1987.
3. Бронштейн Д., Фюрстенберг Т. Ученик чародея: Учебник шахматной стратегии и тактики.— М.: РИПОЛ классик, 2004.
4. Линдер И. М. Эстетика шахмат.— М.: Сов. Россия, 1981.
5. Зимбардо Ф. Застенчивость.— М., 1991.
6. Самосознание и защитные механизмы личности: Хрестоматия.— Самара: БАХРАХ-М, 2003.
7. Шибутани Т. Социальная психология.— М, 1969.
8. Хенкин В.Л.Я. б в гроссмейстеры пошел... — М.: Мол. Гв., 1979.— 144 с.

Ключові слова: шахи, реабілітація, особистість, активне дозвілля, засіб спілкування.

Key words: chess, rehabilitation, individual, active free time, intercourse means.