



Co-funded by
the European Union

Project code: 2023-1-IT02-KA220-ADU-000152409



MANUAL DE AUTODESARROLLO



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, exclusivamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Erasmus+ Francia / Educación Formación. Ni la Unión Europea ni la autoridad concedente pueden ser consideradas responsables de los mismos.



"El ajedrez, como todo lo demás, se puede aprender hasta cierto punto, pero no más allá. El resto depende de la naturaleza del individuo"
(GM J.R. Capablanca)





Co-funded by
the European Union

2023-1-IT02-KA220-ADU-000152409

ICARUS

Including Chess As a Re-education
Up-Skilling Tool

Erasmus+ KA2 Asociación estratégica para adultos

Julio 2025

Este documento ha sido creado por socios del proyecto ICARUS
n. 2023-1-IT02-KA220-ADU-000152409

V1



Co-funded by
the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de sus autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.

Se publica bajo una licencia Creative Commons Atribución-CompartirIgual 4.0 internacional.
(CC BY-SA 4.0) Usted es libre de:

- Compartir: copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato.
- Remezcla: puedes remezclar, transformar y crear obras derivadas del material para cualquier fin, incluso comercial. El licenciatario no puede revocar estas libertades siempre que cumplas con los términos de la licencia.

Bajo los siguientes términos:

- Atribución — Debe reconocer adecuadamente la autoría, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de forma que sugiera que el licenciatario le apoya o aprueba su uso.
- Compartir igual — Si remezclas, transformas o creas a partir del material, debes distribuir tus contribuciones bajo la misma licencia que el original.





Co-funded by
the European Union
2023-1-IT02-KA220-ADU-000152409

EL CONSORCIO



Socio principal de ICARUS. Empresa de formación con sede en Roma, Italia, con amplia experiencia en formación en habilidades blandas y proyectos Erasmus+. skillupsrl.it



UniChess nació de la experiencia de varios ajedrecistas que, tras grandes logros competitivos, decidieron promover su pasión por el ajedrez a todos los niveles. unichess.it



Empresa de formación española con sede en Córdoba, especializada en habilidades blandas y cursos de formación, con amplia experiencia en Erasmus+. independiente.com



Un club de ajedrez español de Mérida que combina la competición y la promoción del ajedrez con el ajedrez social y terapéutico. www.ajedrezmagic.es



Un centro letón de educación e investigación que se centra en la formación innovadora y la sostenibilidad ecológica. <https://www.facebook.com/iiziriga/>



La federación nacional que reúne a todos los jugadores, entrenadores y entusiastas del ajedrez en Letonia. www.sahafederacija.lv



TABLE OF CONTENTS

• Partnership	• 05
• Introduction	• 08
• Introduction to interpersonal skills training in prisons	• 15
• Chess as an educational tool	• 27
• Guidelines for the use of ICARUS modules by chess trainers and coaches	• 44
• Guidelines for the use of the ICARUS personal improvement training module	• 50
• Guidelines for the use of the ICARUS SKILL UP self- assessment tool.	• 55
• Conclusions and sustainability of the ICARUS project	• 58
• Bibliography	• 63

TABLA DE CONTENIDO

• Asociación	• 05
• Introducción	• 08
• Introducción al entrenamiento en habilidades interpersonales en las cárceles	• 15
• El ajedrez como herramienta educativa	• 27
• Directrices para el uso de los módulos ICARUS por parte de entrenadores y preparadores físicos de ajedrez	• 44
• Directrices para el uso del módulo de entrenamiento de superación personal ICARUS	• 50
• Pautas para el uso de la herramienta de autoevaluación ICARUS SKILL UP.	• 55
• Conclusiones y sostenibilidad del proyecto ICARUS	• 58
• Bibliografía	• 63



INTRODUCCIÓN

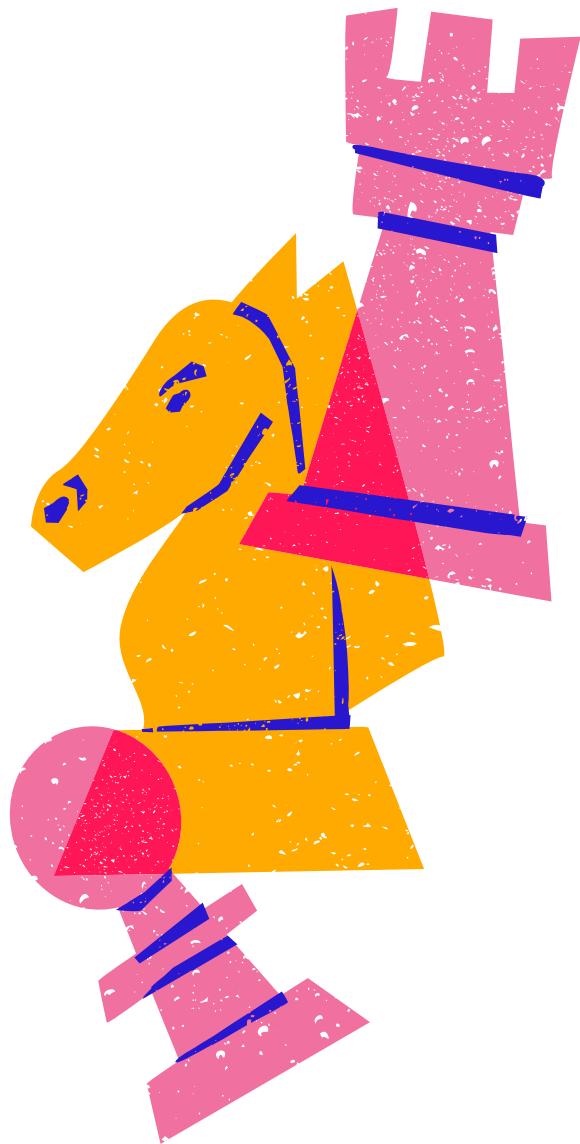
"Los hombres debieron haber sido semidioses en algún momento; de lo contrario, no habrían inventado el ajedrez".
(GM A. Alekhine)



El proyecto ICARUS surge como una iniciativa innovadora en el ámbito de la educación penitenciaria, con el objetivo de proporcionar herramientas eficaces para el desarrollo de habilidades sociales en personas privadas de libertad. La reinserción social y la reducción de la reincidencia dependen en gran medida de la adquisición de habilidades personales que fomenten la toma de decisiones reflexiva, la gestión emocional y la integración social. Para ello, ICARUS utiliza el ajedrez no solo como un juego, sino como un método educativo estructurado que potencia la metacognición, el pensamiento estratégico y la inteligencia emocional.

El ajedrez ha demostrado ser una herramienta eficaz en diversos contextos educativos, facilitando el desarrollo de habilidades como la planificación, la resolución de problemas y la paciencia. En el ámbito penitenciario, su práctica contribuye a mejorar la autodisciplina y el autocontrol, aspectos fundamentales para el proceso de rehabilitación. Mediante ICARUS, buscamos ofrecer un modelo educativo accesible, estructurado y adaptable que pueda aplicarse en diferentes países y realidades penitenciarias.

El Manual de Autodesarrollo ICARUS se presenta como un recurso clave dentro de esta iniciativa. Es un documento dirigido a docentes de educación de adultos, entrenadores de ajedrez y otros profesionales que trabajan en prisiones, y proporciona metodologías y estrategias para la enseñanza de habilidades sociales en estos entornos.



CONTEXTO

En Europa, los presos pertenecen a los grupos más vulnerables por diversas razones:

- Suelen provenir de entornos culturales y sociales con menos oportunidades, a menudo acompañados de traumas, la ausencia de una familia funcional y un bajo nivel educativo;
- El estigma de la prisión dificulta la reintegración a la vida social y laboral;
- La experiencia en prisión tiende a aislarlos emocionalmente, distanciándolos de la "normalidad" de la vida en libertad, que se basa en las relaciones interpersonales;
- La cárcel es un microcosmos de personas que no solo han cometido delitos, sino que a menudo son víctimas de adicciones y abusos, y con frecuencia reproducen conductas dañinas en otros.

Por lo tanto, encontrar maneras de desarrollar las habilidades emocionales y sociales de los presos es vital para permitir su reintegración en la sociedad civil y evitar que cometan nuevos delitos debido a su incapacidad para encontrar una perspectiva mejor.

El proyecto ICARUS considera el ajedrez en prisión como una práctica de entrenamiento no formal. Mediante una combinación de actividades de ajedrez y entrenamiento, ICARUS ayudará a los participantes a descifrar los comportamientos que realizan durante el juego y a utilizarlos para adquirir una mayor conciencia de sus propias emociones y las de los demás, estimulando la autorreflexión y el desarrollo de relaciones más positivas con el Otro.

OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS

El objetivo principal de este manual es proporcionar una guía práctica y documentada para la enseñanza de habilidades sociales en entornos penitenciarios. Sus objetivos específicos incluyen:

Integrar el ajedrez como herramienta pedagógica en la formación de personas privadas de libertad.

Proporcionar pautas metodológicas basadas en el desarrollo metacognitivo y emocional.

Apojar a los profesores de educación de adultos en la planificación y ejecución de actividades formativas adaptadas a este contexto.

Promover la sostenibilidad del modelo ICARUS, asegurando su replicabilidad en otros entornos educativos.

GRUPOS OBJETIVO

El manual está dirigido a:

- Profesores de educación de adultos que trabajan en prisiones.
- Entrenadores de ajedrez interesados en aplicar sus conocimientos en contextos educativos y de reinserción social.
- Instituciones penitenciarias buscan programas educativos innovadores y eficaces.
- Organizaciones y asociaciones comprometidas con la educación y la inclusión social.

Methodology

INNOVATIVE USE OF CHESS IN EDUCATION

Chess is emerging as an innovative and valuable tool in adult education. Its potential goes beyond mere entertainment, offering a range of cognitive, emotional and social benefits that enrich the learning process and the overall development of participants.

On a cognitive level, chess stimulates executive functions crucial for lifelong learning. It requires advance planning, evaluation of multiple scenarios, strategic decision-making and adaptation to changing situations. Each game becomes a mental exercise that strengthens memory, concentration, analytical skills and complex problem solving. The need to anticipate the opponent's moves and visualise the board encourages logical thinking and creativity, skills that are transferable to various areas of personal and professional life.

Beyond purely intellectual skills, chess cultivates important emotional aspects. Intellectual confrontation with an opponent, accepting defeat as a learning opportunity, and managing pressure in critical moments develop resilience, patience, and self-control. Victory, on the other hand, reinforces self-esteem and confidence in one's own abilities. This emotional component makes chess a powerful tool for developing emotional intelligence in adults.

The social dimension of chess is also significant in an educational context. Whether in group classes or informal games, chess encourages interaction, respect for one's opponent and the creation of learning communities. Debating strategies, analysing games and exchanging knowledge enrich the educational experience and strengthen social bonds between participants. For adults seeking new forms of connection and collaborative learning, chess offers a stimulating and participatory space.

The innovation of chess in adult education lies precisely in its ability to integrate these multiple benefits in a fun and accessible way. No extensive prior knowledge is required to start playing and enjoying its advantages. The complexity of the game is revealed gradually, allowing participants to progress at their own pace. In addition, the availability of online resources, apps and chess clubs facilitates learning and continuous practice.

From introductory workshops to chess clubs for adults, the possibilities are endless, and the challenge of introducing it into prisons as an element of social reintegration is exciting. Various international programmes have demonstrated the effectiveness of chess as a tool for reintegration.

Metodología

USO INNOVADOR DEL AJEDREZ EN LA EDUCACIÓN

El ajedrez se está consolidando como una herramienta innovadora y valiosa en la educación de adultos. Su potencial va más allá del mero entretenimiento, ofreciendo una amplia gama de beneficios cognitivos, emocionales y sociales que enriquecen el proceso de aprendizaje y el desarrollo integral de los participantes.

A nivel cognitivo, el ajedrez estimula las funciones ejecutivas, cruciales para el aprendizaje a lo largo de la vida. Requiere planificación anticipada, evaluación de múltiples escenarios, toma de decisiones estratégicas y adaptación a situaciones cambiantes. Cada partida se convierte en un ejercicio mental que fortalece la memoria, la concentración, las habilidades analíticas y la resolución de problemas complejos.

Más allá de las habilidades puramente intelectuales, el ajedrez cultiva importantes aspectos emocionales. El enfrentamiento intelectual con un oponente, la aceptación de la derrota como una oportunidad de aprendizaje y el manejo de la presión en momentos críticos desarrollan resiliencia, paciencia y autocontrol. La victoria, por otro lado, refuerza la autoestima y la confianza en las propias capacidades.

La dimensión social del ajedrez también es significativa en el ámbito educativo. Tanto en clases grupales como en partidas informales, el ajedrez fomenta la interacción, el respeto por el oponente y la creación de comunidades de aprendizaje. Debatir estrategias, analizar partidas e intercambiar conocimientos enriquece la experiencia educativa y fortalece los lazos sociales entre los participantes. Para los adultos que buscan nuevas formas de conexión y aprendizaje colaborativo, el ajedrez ofrece un espacio estimulante y participativo.

La innovación del ajedrez en la educación de adultos reside precisamente en su capacidad para integrar estos múltiples beneficios de una manera divertida y accesible. No se requieren amplios conocimientos previos para empezar a jugar y disfrutar de sus ventajas. La complejidad del juego se revela gradualmente, lo que permite a los participantes progresar a su propio ritmo. Además, la disponibilidad de recursos en línea, aplicaciones y clubes de ajedrez facilita el aprendizaje y la práctica continua.

Desde talleres de iniciación hasta clubes de ajedrez para adultos, las posibilidades son infinitas, y el reto de introducirlo en las cárceles como elemento de reinserción social resulta apasionante.

Estos programas no solo enseñan las reglas del juego, sino que también utilizan el ajedrez como herramienta para trabajar valores como el respeto, la responsabilidad, la disciplina y la capacidad de aprender de los errores. La naturaleza abstracta del juego permite a los internos centrarse en la estrategia y la lógica, distanciándose temporalmente de la realidad carcelaria y ofreciéndoles una vía de escape mental y un espacio para el desarrollo personal.

Además, el ajedrez fomenta el pensamiento lógico y la paciencia, habilidades clave para la integración social y la gestión de las emociones en un entorno restrictivo como la prisión.

En conclusión, el ajedrez no es solo un juego; es una herramienta educativa innovadora con un potencial significativo para el desarrollo cognitivo, emocional y social de los adultos.

PERSPECTIVA METACOGNITIVA Y DEL DESARROLLO EMOCIONAL

La importancia del juego del ajedrez en relación con el desarrollo de habilidades personales e interpersonales, especialmente en individuos socialmente desfavorecidos, ha sido reconocida desde el siglo IX y fue reafirmada en la resolución A/RES/74/22 del 12 de diciembre de 2019, por la cual la ONU estableció el Día Mundial del Ajedrez.

En los últimos años se han llevado a cabo varios experimentos para incluir este juego entre las actividades de los presos (<https://theconversation.com/the-benefits-of-prison-chess-clubs-102132>) que muestran claros beneficios en el desarrollo de habilidades blandas que son valiosas para la reintegración: respeto por las reglas y por el oponente, la ventaja de pensar antes de actuar, la importancia de la empatía, la paciencia y la flexibilidad emocional para afrontar la derrota.

La introducción del ajedrez en las cárceles se perfila como una herramienta innovadora que aborda dimensiones metacognitivas y del desarrollo emocional fundamentales para una reintegración social exitosa. A través de las diversas herramientas desarrolladas y las experiencias implementadas en los países socios de ICARUS, este manual explorará en profundidad estas perspectivas.

LA PERSPECTIVA METACOGNITIVA DEL AJEDREZ EN EL CONTEXTO PENITENCIARIO

La metacognición se refiere a la capacidad de reflexionar sobre los propios procesos de pensamiento, comprender cómo se aprende y regular las estrategias cognitivas para mejorar el rendimiento. En el contexto del ajedrez, esta dimensión se manifiesta de diversas maneras, ofreciendo importantes oportunidades para el desarrollo de los internos:

1. Conciencia del proceso de toma de decisiones: Cada jugada en ajedrez requiere evaluar múltiples opciones, anticipar las consecuencias y elegir una basada en una estrategia planificada. Al jugar, los internos se ven obligados a verbalizar o internalizar este proceso, lo que fomenta una mayor conciencia de cómo toman decisiones. Esta habilidad es directamente aplicable a situaciones de la vida real fuera de la prisión, donde la toma de decisiones reflexiva es crucial para evitar comportamientos impulsivos y sus consecuencias negativas.

2. Planificación y estrategia: Los jugadores deben desarrollar planes a corto, mediano y largo plazo, anticipando las posibles respuestas de su oponente. Este ejercicio mental de planificación desarrolla la capacidad de establecer objetivos, secuenciar acciones y considerar las implicaciones futuras. Para los reclusos, esta habilidad puede ser crucial para planificar su futuro fuera de prisión, desde encontrar empleo hasta gestionar las relaciones personales, evitando la improvisación y la falta de visión que a menudo contribuyen a la reincidencia.

3. Regulación del pensamiento: Los internos aprenden a regular su atención y a concentrar sus recursos cognitivos en la tarea que tienen entre manos. Además, la necesidad de controlar la impulsividad y evitar acciones precipitadas fomenta la autorregulación del pensamiento. Estas habilidades pueden ayudarles a gestionar mejor el estrés, resistir las influencias negativas y mantenerse enfocados en sus objetivos de reinserción.



LA PERSPECTIVA DEL DESARROLLO EMOCIONAL A TRAVÉS DEL AJEDREZ EN LAS PRISIONES

El encarcelamiento suele ir acompañado de diversos desafíos emocionales, como frustración, ira, ansiedad, depresión y baja autoestima. El ajedrez, si bien es un juego intelectual, ofrece un espacio seguro para explorar y desarrollar habilidades emocionales cruciales para la reintegración.

1. Gestión de la frustración y la derrota: Los internos aprenden a afrontar la derrota, a analizar sus errores sin caer en la autocrítica destructiva y a utilizar la pérdida como una oportunidad para aprender y mejorar. Esta capacidad de resiliencia emocional es esencial para superar los obstáculos y contratiempos que inevitablemente encontrarán en su proceso de reinserción.

2. Desarrollo de la paciencia y la perseverancia: Los internos aprenden a trabajar para alcanzar metas a largo plazo, incluso cuando el progreso no es inmediato. Esta perseverancia es esencial para completar los programas de rehabilitación, buscar empleo y reconstruir sus vidas fuera de la prisión.

3. Fomento del autocontrol: El ajedrez requiere autocontrol. Los internos aprenden a pensar antes de actuar, a considerar las consecuencias de sus actos y a resistir la gratificación instantánea, optando por una estrategia a largo plazo. Esta habilidad es fundamental para evitar comportamientos impulsivos que pueden conducir a la reincidencia.

4. Mayor autoestima y confianza: Ganar una partida de ajedrez, sobre todo contra un oponente difícil, puede generar una sensación de logro y aumentar la autoestima de los internos. A medida que mejoran en el juego, desarrollan mayor confianza en sus capacidades intelectuales, lo que puede repercutir positivamente en otros ámbitos de su vida.

5. Fomentar la empatía y el respeto: Jugar al ajedrez implica interactuar con un oponente, reconocer su habilidad y respetar las reglas del juego. Incluso en un entorno competitivo, el ajedrez fomenta cierto grado de empatía y comprensión hacia el otro jugador. Esta capacidad de relacionarse con los demás de manera respetuosa es fundamental para construir relaciones positivas fuera de la prisión.

6. Canalizar la agresividad y la ansiedad: Para algunos reclusos, el ajedrez puede ser una vía de escape constructiva para la agresividad y la ansiedad. La concentración que requiere el juego puede desviar la atención de los pensamientos negativos y ofrecer un espacio para la calma y la concentración mental.

Así pues, el ajedrez ofrece una perspectiva única y valiosa para la reinserción social de los presos. Su capacidad para fomentar el desarrollo de habilidades metacognitivas como la planificación, la evaluación y la regulación del pensamiento, junto con el cultivo de habilidades emocionales cruciales como la resiliencia, la paciencia y el autocontrol, lo convierte en una poderosa herramienta para preparar a los presos para su reintegración en la sociedad.



INTRODUCCIÓN A LA FORMACIÓN EN HABILIDADES BLANDAS EN PRISIÓN

"En el ajedrez, como en la vida, el oponente más peligroso es uno mismo" (GM V. Smyslov)



¿Qué son las habilidades blandas?

Las habilidades blandas (también conocidas como competencias transversales o socioemocionales) son un conjunto complejo de capacidades personales, relacionales, cognitivas y conductuales que influyen en cómo las personas interactúan consigo mismas, con los demás y con su entorno. Son competencias transferibles, no están ligadas a una profesión específica y resultan útiles en todos los ámbitos de la vida, incluso en contextos de desventaja o privación.

Las habilidades blandas también incluyen procesos cognitivos de orden superior como la metacognición, entendida como la capacidad de reflexionar sobre el propio pensamiento, regular los procesos mentales y gestionar estratégicamente el aprendizaje (Chick, 2013).

Esta perspectiva amplía las habilidades blandas más allá de las dimensiones conductuales, vinculándolas con la autoconciencia y la regulación del aprendizaje.

A diferencia de las competencias técnicas (habilidades duras), que son medibles y están orientadas a la productividad, las habilidades blandas incluyen la capacidad de comunicarse eficazmente, resolver conflictos, colaborar, gestionar las emociones y afrontar situaciones complejas.

En ICARUS, estas competencias se consideran herramientas fundamentales para el crecimiento personal y la reinserción social. El desarrollo de habilidades blandas está estrechamente vinculado al fomento de la autonomía, la reducción de la reincidencia y la valorización de los recursos personales de los internos.



CLASIFICACIÓN DE LAS HABILIDADES BLANDAS

Las habilidades blandas se organizan en diversas áreas funcionales. La literatura ofrece varias clasificaciones; las más completas son las propuestas por organismos como la UNESCO (1996), el Foro Económico Mundial (2015) y ESCO (Comité Europeo de Habilidades, Competencias, Cualificaciones y Ocupaciones). Sin embargo, para fines de formación, suele utilizarse una clasificación simplificada y operativa, como la adaptada de Romanenko, Stepanova y Maksimenko (2024), que divide las habilidades blandas en cuatro macrocategorías.

Esta clasificación se alinea con los modelos teóricos que sitúan las habilidades blandas en la intersección

de psicología y pedagogía. Específicamente, la metacognición se reconoce como un fundamento psicológico para el concepto pedagógico de aprender a aprender, definido como la capacidad de organizar, monitorear y adaptar el propio proceso de aprendizaje en diversos contextos (Hoskins & Fredriksson, 2008; Eurydice, 2002; Ahrens & Zaščerinska, 2014).

Esta taxonomía resulta particularmente adecuada para el contexto educativo del proyecto ICARUS porque permite vincular cada área con objetivos pedagógicos y herramientas metodológicas específicas, como el uso del ajedrez.

no rte	Categoría de habilidades blandas	Subcompetencias
1	Competencias para el establecimiento y logro de objetivos	Gestión del tiempo, planificación, pensamiento crítico, creatividad
2	competencias adaptativas	Tolerancia al estrés
3	competencias comunicativas	Presentación de ideas, oratoria
4	competencias sociales	Persuasión, liderazgo, motivación

Fuente: Romanenko, Stepanova y Maksimenko, 2024

1. Comunicación eficaz

La comunicación eficaz es la capacidad de expresarse con claridad, asertividad y de forma comprensible, teniendo en cuenta el contexto y al interlocutor. Incluye la escucha activa, el uso apropiado del lenguaje verbal y no verbal, y la capacidad de dar y recibir retroalimentación. En el ámbito penitenciario, la comunicación eficaz puede prevenir conflictos, fomentar la confianza y facilitar las relaciones interpersonales (Spitzberg & Cupach, 2011).

2. Pensamiento crítico

El pensamiento crítico es la capacidad de analizar información de manera racional y reflexiva, evaluar argumentos y llegar a conclusiones bien fundamentadas. Implica cuestionar las propias creencias y reconocer los sesgos cognitivos. Esta habilidad resulta especialmente útil cuando la capacidad de evaluar alternativas y tomar decisiones informadas es fundamental (Facione, 2011).

3. Regulación emocional

La capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones es un aspecto clave de la inteligencia emocional. Resulta esencial para afrontar el estrés, evitar comportamientos impulsivos y mantener relaciones equilibradas. En entornos de alta presión, como las prisiones, la regulación emocional puede reducir la agresividad y favorecer el autocontrol (Goleman, 1995; Mayer, Salovey y Caruso, 2008).

4. Resolución de conflictos

Esta habilidad implica gestionar desacuerdos y tensiones interpersonales mediante el diálogo, la negociación y el compromiso. Está estrechamente relacionada con la comunicación asertiva y la empatía, y permite la resolución no violenta de conflictos. En entornos comunitarios como las prisiones, desarrollar esta habilidad es fundamental para la convivencia pacífica (Deutsch, 2006).

5. Trabajo en equipo

El trabajo en equipo es la capacidad de colaborar eficazmente con otros para alcanzar objetivos comunes. Incluye el respeto por los roles, la responsabilidad compartida y la valoración de las diferencias. Promover el trabajo en equipo en las actividades educativas o laborales en prisión puede fomentar la inclusión, la motivación y el sentido de pertenencia (Salas, Sims y Burke, 2005).

6. Empatía

La empatía es la capacidad de ponerse en el lugar del otro, comprender sus emociones y responder de manera comprensiva. Es una competencia clave para construir relaciones positivas, prevenir la agresión y promover un clima social saludable. Hoy en día, la empatía se considera uno de los componentes esenciales de las competencias sociales (Decety & Jackson, 2004).

HABILIDADES BLANDAS EN CONTEXTOS EDUCATIVOS Y PENITENCIARIOS

Numerosos estudios demuestran que las habilidades blandas son esenciales para el bienestar personal, la eficacia social y la empleabilidad (Cimatti, 2016; Rychen y Salganik, 2003).

La formación propuesta en el WP4 tiene como objetivo integrar las habilidades blandas:

- Como contenido explícito (módulos sobre inteligencia emocional, comunicación, empatía...),
- Como herramientas metodológicas (autoevaluación, retroalimentación, entrenamiento),
- Como competencias transversales promovidas a través del juego del ajedrez.

POR QUÉ LAS HABILIDADES BLANDAS IMPORTAN EN LAS INSTITUCIONES PENITENCIARIAS

En los centros penitenciarios, el desarrollo de habilidades sociales desempeña un papel clave por varias razones:

1. Reintegración social y laboral: Las habilidades blandas mejoran la capacidad de las personas para interactuar positivamente aumentando la reintegración posterior a la detención.
2. Reducción de la reincidencia: Los programas que incluyen capacitación en habilidades blandas han demostrado reducir las tasas de reincidencia al dotar a los ex reclusos de herramientas para afrontar los desafíos cotidianos de manera constructiva.

3. Manejo del comportamiento: Desarrollar habilidades como la autorregulación emocional y la resolución de conflictos ayuda a mejorar la convivencia dentro de los entornos penitenciarios, reduciendo las tensiones y los comportamientos problemáticos.

CONEXIÓN CON LA METACOGNICIÓN

En el programa educativo ICARUS, las habilidades blandas se integran con dimensiones cognitivas más profundas, como la metacognición: la capacidad de reflexionar sobre los propios procesos mentales y aprender de forma consciente y estratégica (Chick, 2013). Esta dimensión, también conocida como aprender a aprender, es esencial para fomentar la autonomía y la autoeficacia, especialmente en contextos educativos complejos como los centros penitenciarios (Hoskins & Fredriksson, 2008). Si bien no es una habilidad blanda en sentido estricto, la metacognición ofrece un terreno fértil para desarrollar la conciencia emocional, la responsabilidad y la motivación; componentes transversales que se exploran en los siguientes módulos.

CONCLUSIÓN

Las habilidades blandas son esenciales para el bienestar individual y colectivo. En el contexto del proyecto ICARUS, desempeñan un papel especialmente significativo, ya que pueden contribuir de manera importante a la reeducación, el empoderamiento y la reinserción de los internos.

Relevancia en entornos penitenciarios

El desarrollo de las habilidades sociales de los reclusos es fundamental. Los instructores describieron una situación atípica para quienes viven en condiciones tradicionales, con hogar, familia y trabajo. En una ocasión, tras impartir un curso de ajedrez a jóvenes reclusos de entre 17 y 25 años, un instructor les agradeció su participación. Los jóvenes se sintieron muy avergonzados. Posteriormente, los instructores reflexionaron sobre la situación y concluyeron que los jóvenes no recibían un trato igualitario en la sociedad. Añadieron que esta actitud podría perjudicar aún más sus ya insuficientes habilidades sociales. Esta deficiencia en dichas habilidades es una de las razones por las que los reclusos participan en actividades delictivas que los llevan al aislamiento social.

MEJORA DE LAS HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES

- Desarrollar las habilidades de desempeño de los jóvenes, en particular la motivación para el logro y la perseverancia. Los estudiantes con mayores niveles de estas habilidades obtienen mejores calificaciones en lectura, matemáticas y artes; tienen menos probabilidades de llegar tarde o faltar a clases; y tienen más probabilidades de aspirar a completar la educación superior. Estas habilidades predicen una mayor aspiración a la movilidad social entre los estudiantes cuyos padres tienen empleos menos prestigiosos.

- Los métodos de evaluación académica también miden las habilidades socioemocionales de los jóvenes. Por ejemplo, los métodos que consideran la participación en clase pueden medir indirectamente su asertividad, mientras que algunas evaluaciones pueden requerir que los estudiantes utilicen el pensamiento creativo más que otras.
- Facilitar el acceso a actividades de desarrollo profesional a jóvenes desfavorecidos y con menores habilidades socioemocionales. Estos estudiantes, en general, suelen tener mayor incertidumbre sobre su futuro profesional y participan menos en actividades de desarrollo profesional. Esto sugiere que, a pesar de ser quienes más necesitan apoyo en la planificación de su carrera, tienen menos probabilidades de acceder a él.
- Es fundamental que las actividades de orientación profesional permitan a los jóvenes explorar diversas opciones educativas y profesionales.
- Proporcionar a los jóvenes información fiable sobre sus propias habilidades y las necesarias para las distintas carreras profesionales. Esta información podría ayudarles a elaborar planes de carrera realistas con mayores probabilidades de éxito.

- Para tener éxito, los jóvenes, si bien aspiran a carreras que se ajusten a sus habilidades, no siempre tienen claro qué habilidades requieren los puestos de trabajo. Las actividades más comunes de orientación profesional, como la investigación en línea, pueden proporcionar información inexacta o poco adaptada a sus necesidades.
- Es fundamental priorizar el desarrollo de los conocimientos y habilidades de los jóvenes. Los esfuerzos por fomentar sus aspiraciones como herramienta para mejorar los resultados pueden resultar ineficaces, ya que la mayoría de los estudiantes muestran un alto grado de ambición respecto a su futura formación y trayectoria profesional.



Dominio	Habilidad	Descripción	Ejemplos de comportamiento
Mentalidad abierta	Curiosidad	Interesado en las ideas y amante del aprendizaje, la comprensión y la exploración intelectual; una mentalidad inquisitiva.	Le gusta leer libros y viajar a nuevos destinos. Opuesto: Le disgustan los cambios, no está interesado en explorar nuevos productos.
	Tolerancia	Está abierto a diferentes puntos de vista, valora la diversidad y aprecia a las personas y culturas extranjeras.	Tiene amigos de diferentes orígenes. Opuesto: Le disgustan los extranjeros o las personas de orígenes diferentes.
	Creatividad	Genera nuevas formas de hacer o pensar las cosas a través de la exploración, el aprendizaje a partir del fracaso, la intuición y la visión.	Posee ideas originales y crea obras de arte valiosas. Opuesto: Actúa de forma convencional; no le interesan las artes.

Rendimiento de la tarea	Responsabilidad	Capaz de cumplir sus compromisos, puntual y fiable.	Llega puntual a las citas y realiza las tareas domésticas de inmediato. Opuesto: No cumple con los acuerdos/promesas.
	Autocontrol	Capaz de evitar distracciones e impulsos repentinos y de concentrar la atención en la tarea actual para lograr objetivos personales.	Pospone las actividades divertidas hasta que se completan las tareas importantes, no se precipita en las cosas. Opuesto: Tiende a hablar sin pensar. Consumo excesivo de alcohol.
	Persistencia	Capaz de perseverar en las tareas y actividades hasta terminarlas.	Finaliza los proyectos de tarea o el trabajo una vez que lo haya comenzado. Opuesto: Se rinde fácilmente cuando se enfrenta a obstáculos o distracciones.
	Motivación para el logro	Se fija metas ambiciosas y trabaja duro para alcanzarlas.	Disfruta alcanzando un alto nivel de maestría en alguna actividad. Opuesto: Falta de interés en alcanzar el dominio en cualquier actividad, incluidas las competencias profesionales.



Interactuar con los demás	Solidaridad	Capaz de entablar conversación con los demás, tanto amigos como desconocidos, iniciando y manteniendo relaciones sociales.	Habilidad para el trabajo en equipo, buenas habilidades para hablar en público. Opuesto: Puede tener dificultades para trabajar en un equipo grande, evita hablar en público.
	Asertividad	Capaz de expresar con seguridad opiniones, necesidades y sentimientos, y de ejercer influencia social.	Toma la iniciativa en una clase o equipo. Opuesto: Espera a que otros marquen el camino; guarda silencio cuando no está de acuerdo con los demás.
	Energía	Afronta la vida diaria con energía, entusiasmo y espontaneidad.	Siempre está ocupado; trabaja muchas horas. Opuesto: Se cansa fácilmente sin causa física.
Colaboración	Empatía	Comprende y se preocupa por los demás y su bienestar. Valora e invierte en relaciones cercanas.	Consuela a un amigo que está afligido, se solidariza con las personas sin hogar. Opuesto: Tiende a malinterpretar, ignorar o desestimar los sentimientos de otra persona.
	Confianza	Parte de la base de que los demás generalmente tienen buenas intenciones y perdona a quienes han obrado mal.	Presta cosas a los demás, evita ser duro o crítico. Opuesto: Es reservado y desconfiado en sus relaciones con las personas.



Regulación emocional	Resistencia al estrés	Eficacia para modular la ansiedad y capacidad para resolver problemas con calma (está relajado, maneja bien el estrés).	Suele estar relajado y rinde bien en situaciones de alta presión. Opuesto: Preocupaciones constantes, dificultades para dormir.
	Optimismo	Expectativas positivas y optimistas sobre uno mismo y sobre la vida en general.	Generalmente, de buen humor. Opuesto: Suele sentirse triste, tiende a sentirse inseguro o indigno.
	Control emocional	Estrategias eficaces para regular el temperamento, la ira y la irritación ante las frustraciones.	Controla las emociones en situaciones de conflicto. Opuesto: Se enoja fácilmente; es temperamental.

Tabla 3. Descripción de las habilidades sociales y emocionales (adaptado de la OCDE, 2024)

REDUCCIÓN DE LA REINCIDENCIA

El delincuente puede describirse como impulsivo, con una visión cortoplacista, desorganizado, con fracaso escolar y laboral, pensamiento distorsionado, que se relaciona con personas similares, consume drogas y alcohol, y no actúa racionalmente (Latessa, Johnson y Koetzle, 2020). El objetivo general del Código de Correcciones es rehabilitar al delincuente, de ser posible, y reintegrarlo a la sociedad (Hill, 2015).

Las intervenciones y sanciones correlacionales eficaces disminuyen el número de casos de reincidencia (Latessa, Johnson y Koetzle, 2020) e incluso los previenen (ONU, 2018). La sociedad se beneficia de la reducción de la reincidencia gracias al aumento del empleo (Foley, Farrell, Webster y Walter, 2018).

La reincidencia es un término amplio que se refiere a la recaída en la conducta delictiva, la cual puede incluir diversas consecuencias, como la detención, la condena y el encarcelamiento (Butorac, Gracin y Stanić, 2017). Los principios de una intervención eficaz incluyen el principio de riesgo o la identificación del público objetivo, el principio de necesidad o la identificación de las necesidades específicas, el principio de tratamiento o la metodología de intervención, y el principio de fidelidad o los factores de respuesta (motivación y otros) a los que se debe dirigir la intervención (Latessa, Johnson y Koetzle, 2020). Cabe destacar que la motivación y la confianza son fundamentales para la competencia individual (Consejo de Educación, 2006, anexo, párrafo 5).

Los programas de rehabilitación penitenciaria (ONU, 2018), los servicios y la supervisión posteriores a la excarcelación (ONU, 2018) y las sanciones no privativas de libertad (libertad condicional y servicio comunitario) (ONU, 2018) son ejemplos de programas eficaces. Estos programas se caracterizan por: estar basados en la investigación y una sólida teoría, contar con liderazgo, evaluar a los delincuentes mediante instrumentos de evaluación de riesgos y necesidades, abordar las conductas delictivas, utilizar modelos de tratamiento eficaces, adaptar el tratamiento y los servicios según los factores de riesgo, necesidades y capacidad de respuesta, desarticular las redes delictivas, contar con personal cualificado, experimentado, dedicado y con formación académica, proporcionar seguimiento posterior, evaluar su desempeño y ser estables, además de contar con recursos y apoyo suficientes (Latessa, Johnson y Koetze, 2020).

La educación es el servicio más eficaz para reducir la reincidencia (Hill, 2015), ya que su propósito fundamental es desarrollar hábitos mentales que fomenten el bienestar (Kaufman & Kaufman, 2013). El bienestar está estrechamente vinculado con el desarrollo sostenible, la inclusión social, la estabilidad social, el bienestar general y el empleo (Ahrens, Castellani, Di Francesco, Zascerinska, Zascerinskis, Bikova, Abjalkiene, Gukovica & Aleksejeva, 2024). El bienestar personal está relacionado con la educación (White, 2012).

La educación influye en el éxito personal o, dicho de otro modo, en el bienestar según su concepción convencional (White, 2012). Un mayor nivel educativo y, por consiguiente, una mayor cualificación, se asocian estrechamente con mejores perspectivas en el mercado laboral (Farquharson et al., 2022).

Por lo tanto, el ajedrez como herramienta educativa mejora la inclusión de grupos desfavorecidos, según la perspectiva de federaciones de ajedrez, trabajadores sociales, monitores juveniles y otros (Ahrens, Zascerinska, Bikova, Aleksejeva, Zascerinskis, Gukovica y Abjalkiene, 2024), es un aspecto importante. Jugar al ajedrez influye positivamente en la metacognición de las personas y, por consiguiente, aumenta su grado de inclusión (Ahrens, Zascerinska, Bikova, Aleksejeva, Zascerinskis, Gukovica y Abjalkiene, 2024). Los ajedrecistas se benefician del aprendizaje de matemáticas, lógica, resolución de problemas y gestión de recursos (Ahrens, Zascerinska, Bikova, Aleksejeva, Zascerinskis, Gukovica y Abjalkiene, 2024).

EL PAPEL DEL PROFESOR DE EDA EN EL DESARROLLO DE HABILIDADES BLANDAS

El proceso de aprender a aprender se suele considerar dentro del paradigma sociocultural (Hoskins & Fredriksson, 2008). Aprender a aprender no puede entenderse al margen del contexto de aprendizaje (aula, club juvenil, entorno laboral, hogar, compañeros, centro de formación de adultos, etc.), ni de la relación e interacción entre el aprendiz y el facilitador del aprendizaje (un profesor y un alumno, un alumno con sus compañeros o un monitor juvenil con otro joven, etc.) (Hoskins & Fredriksson, 2008). Los educadores pueden desempeñar diversos roles (Zaščerinska, 2009): mentor (Maslo, 2007);

Un moderador o asesor (Lüka, 2008); un asistente (Žogla, 2007); un guía y apoyo (Feerick, 2007). El docente como asistente (Žogla, 2007) crea oportunidades para explorar nuevas ideas; ayuda a organizar el entorno de aprendizaje, la cooperación con otros estudiantes en la construcción de nuevos conocimientos, enriqueciendo el significado del aprendizaje en el diálogo entre docente y estudiantes, donde se pone a prueba la comprensión del conocimiento; ayuda a los estudiantes a comprender las oportunidades y su aplicación (Žogla, 2008). El docente como moderador o asesor ayuda a los estudiantes a alcanzar altos resultados personales y a desarrollar habilidades en un contexto sociocultural diverso (Lüka, 2008). El rol de los docentes como mentores es

Para el autodescubrimiento y la autorrealización de los estudiantes; para motivarlos; para estimular su interés; para ayudarlos a desarrollar su propia estructura y estilo de aprendizaje; para apoyarlos en la evaluación de su desempeño y para que puedan aplicar estos hallazgos para mejorar su aprendizaje futuro (Maslo, 2007). La relación de colaboración entre estudiante y docente parte de la premisa de que el estudiante es igual al docente como ser humano de igual valor (Čehlovs, 2008). La misión principal de los docentes es organizar la formación de manera que promueva procesos de aprendizaje activo: los estudiantes necesitan aprender a aprender y adquirir habilidades de estudio autónomo que seguirán aplicando a lo largo de su vida (Maslo, 2007).





EL AJEDREZ COMO HERRAMIENTA EDUCATIVA

Gracias al ajedrez, muchos de nosotros hemos experimentado la alegría de la creación intelectual (GM T. Petrosian).



Beneficios pedagógicos del ajedrez

DESARROLLO COGNITIVO

El ajedrez es un juego ideal para introducir en las cárceles. Posee todos los elementos que hacen que su implementación sea altamente beneficiosa: es una actividad sana; entretiene, divierte y ayuda a pasar el tiempo en prisión —«el ajedrez saca mucho de la cárcel de la cárcel»—. **Estimula los procesos cognitivos** (en otras palabras, enriquece la mente) en un entorno donde la estimulación mental suele ser limitada y escasa; **fomenta el pensamiento estratégico** y la reflexión sobre las consecuencias de las propias acciones; **mejora la inteligencia emocional** y promueve valores como el respeto a los demás y a las normas. Con bastante frecuencia, las personas que comienzan a practicar ajedrez con regularidad se encuentran, sin saber muy bien cómo, reflexionando sobre sus vidas y haciéndose una pregunta fundamental: "¿Vale la pena?".

Muchos reclusos han adoptado, a lo largo de sus vidas, **patrones de pensamiento arraigados en la negativa a asumir la responsabilidad de sus propios actos**; una clara incapacidad —o a veces una completa falta de interés— para ponerse en el lugar de los demás; un desprecio por las normas socialmente aceptadas; y, en muchos casos, una grave falta de capacidad para planificar u organizar su futuro personal.

El pensamiento estratégico basado en el ajedrez es fundamentalmente incompatible con esta mentalidad y estos rasgos personales. El juego se basa en una serie de principios: acumular pequeñas

Aprovechar las ventajas, crear debilidades en la posición del oponente, ocupar las casillas más importantes del tablero, establecer objetivos a corto, medio y largo plazo, estudiarse a uno mismo y al oponente, ser paciente y sopesar cuidadosamente las decisiones importantes, analizar continuamente el estado actual del juego, esperar el momento adecuado para actuar, asegurarse de que cada movimiento tenga un propósito y pensar tanto táctica como estratégicamente; en resumen, una amplia gama de principios rectores que fomentan la objetividad y la responsabilidad personal.

Estos principios pueden enseñarse y explorarse independientemente del juego, y este curso busca aplicarlos a situaciones de la vida real. Desarrollar un pensamiento estratégico que permita evaluar objetivamente las situaciones vitales, ser consciente de las consecuencias de los actos y adoptar la planificación como hábito rector puede contribuir significativamente al objetivo final de una verdadera reintegración social.

La enseñanza del ajedrez en prisiones no es infrecuente; de hecho, se han llevado a cabo iniciativas similares en cárceles de todo el mundo. Dadas las cualidades mencionadas, es lógico que muchos ajedrecistas, incluso de forma intuitiva, reconozcan estas ventajas y hayan intentado organizar actividades dentro de los centros penitenciarios. Sin embargo, **estos esfuerzos a menudo han carecido de continuidad y de un enfoque sistemático**.

En países como España (donde el programa «Nuestro ajedrez se reintegra» lleva 15 años en marcha), Rusia, Italia, Estados Unidos, México y otros, se han llevado a cabo y siguen desarrollándose diversas iniciativas de enseñanza del ajedrez. Esperamos que Ícaro impulse estas iniciativas, aprovechando el sólido trabajo de nuestros socios.

Lo que convierte a Ícaro en una iniciativa exitosa y verdaderamente innovadora es cómo aprovecha todo el potencial del ajedrez. Su enfoque no se limita a los conocidos y ampliamente aceptados beneficios cognitivos e intelectuales —como la mejora de la memoria, la atención, la concentración y el razonamiento lógico y espacial— sino que también considera otros aspectos ya mencionados: sus componentes estratégicos; su valor como herramienta para la enseñanza de valores éticos y sociales; y su utilidad para el desarrollo de la inteligencia emocional. Si bien otros proyectos penitenciarios, como el Club Magic en España, con su propia metodología de entrenamiento cognitivo, han explorado este enfoque, Ícaro ofrece un esfuerzo internacional estructurado que también integra las habilidades sociales.

Explorar la amplia gama de beneficios que ofrece el ajedrez puede inspirar a muchas personas, incluso a aquellas que atraviesan circunstancias extremadamente difíciles, a pensar como ajedrecistas; es decir, a afrontar la vida con objetivos, viéndola como una compleja y exigente partida de ajedrez. Un juego que, si bien es desafiante, tiene reglas; y si las respetamos y aprendemos a adaptarnos, quizás empecemos a vislumbrar la victoria al final del camino.

La inclusión de grupos desfavorecidos, según la perspectiva de federaciones de ajedrez, trabajadores sociales, monitores juveniles y otros (Ahrens, Zascerinska, Bikova, Aleksejeva, Zascerinskis, Gukovica y Abjalkiene, 2024). Jugar al ajedrez tiene efectos positivos.

Como herramienta para el crecimiento personal, la resiliencia y la reinserción, el ajedrez ofrece profundos beneficios psicológicos, especialmente en el entorno estructurado pero a menudo caótico de la prisión. Se convierte en una herramienta vital para gestionar el estrés y la frustración, a la vez que fomenta la regulación emocional. A través del ajedrez, los reclusos desarrollan paciencia, resiliencia y la capacidad de anticiparse a los acontecimientos, ya que cada jugada les enseña la importancia de comprender las consecuencias —tanto inmediatas como a largo plazo—, reflejando así los desafíos de la vida misma. El juego suele transformar a los jugadores, convirtiendo a quienes toman decisiones impulsivas en estrategas reflexivos que aplican estas lecciones más allá del tablero. Sin embargo, a pesar de sus ventajas, el ajedrez en prisión se enfrenta a desafíos, como los recursos limitados que obligan a los jugadores a improvisar tableros y piezas con materiales como papel o jabón, mientras que el hacinamiento y el ruido pueden dificultar la concentración. Soluciones innovadoras, como pintar tableros en las paredes y utilizar las bibliotecas de la prisión para el autoaprendizaje, ponen de manifiesto el ingenio de los reclusos y su determinación para superar los obstáculos.

y compañerismo. El impacto del ajedrez trasciende los muros de la prisión, ya que muchos exreclusos aplican la disciplina, la concentración y el pensamiento estratégico que desarrollaron en su vida fuera de ella, participando en clubes de ajedrez locales o comunidades globales en línea. De esta manera, el ajedrez actúa como un puente entre el encarcelamiento y la reinserción, ofreciendo esperanza, propósito y el poderoso recordatorio de que cada movimiento, ya sea en el tablero o en la vida, puede forjar un futuro mejor.

DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL

Recordemos: el objetivo de un taller de ajedrez enfocado en la transformación personal no debe ser simplemente promover el ajedrez como una actividad deportiva más. Más bien, debe resaltar su poder para fomentar valores, su idoneidad para estimular la autoconciencia y la inteligencia emocional, todo ello con el fin último de apoyar una reintegración social exitosa.

En el contexto de una prisión —un entorno que, por su propia naturaleza de confinamiento forzoso, suele ser intelectualmente poco estimulante—, la práctica estructurada del ajedrez puede ayudar a mejorar los procesos cognitivos. Los reclusos reconocen plenamente la necesidad de trabajar sus capacidades mentales, y el ajedrez resulta idóneo para este fin: desarrolla estas habilidades a la vez que proporciona entretenimiento, lo que sin duda hace que este tipo de entrenamiento mental sea más accesible y eficaz. Además, existen ejercicios específicos diseñados para complementar este trabajo.

En lo que respecta a los valores, ya no se acepta universalmente que el deporte en sí mismo promueva valores positivos entre los participantes o los espectadores.

Los valores deportivos modernos, cada vez más influenciados por los llamados “deportes de masas”, se han visto empañados en los últimos años por elementos negativos: la búsqueda de resultados a cualquier precio —incluido el dopaje—; el ideal de la ganancia financiera rápida; la glorificación de la agresión; y una lealtad irracional e incondicional al propio equipo, entre otros.

El ajedrez practicado en un entorno penitenciario conlleva sus propios riesgos en este sentido, como ya se ha comentado. Quienes imparten talleres de esta índole deben, en su labor diaria, hacer especial hincapié en lo siguiente:

- Fomentar un sano instinto competitivo, que es inherente a la naturaleza humana.
- Fomentar el pensamiento crítico.
- Apoyar la integración social.
- Enseñar respeto por el oponente.
- Mejora la autoestima.
- Promover el ajedrez como una actividad de ocio y recreativa gratificante.
- Sensibilizar sobre el valor del estudio y el esfuerzo personal como vía para el desarrollo personal y profesional.



Los principios estratégicos del ajedrez, cuando se utilizan para fomentar nuevas formas de pensar positivas entre la población penitenciaria, deben enseñarse estableciendo paralelismos claros con experiencias de la vida real. Esto facilita que los internos comprendan estas ideas, ya que la metáfora de la vida como una partida de ajedrez les ayuda a relacionarse con los conceptos que se les presentan.

El ajedrez se presta extraordinariamente bien al desarrollo de la inteligencia emocional y al refuerzo de valores clave como el respeto por las reglas y los oponentes, la importancia de la cortesía, la necesidad del autocontrol, el valor del esfuerzo y los beneficios de un sano afán de superación personal.

Es más probable alcanzar estos objetivos si se minimiza el aspecto competitivo del juego y, en cambio, se prioriza la cooperación, el aprendizaje, el apoyo mutuo, el crecimiento personal y la corrección de conductas perjudiciales. **En este sentido, resulta fundamental considerar la importancia de las habilidades interpersonales** y cómo estas pueden integrarse en un curso de ajedrez para fomentar la inteligencia emocional.

El papel del instructor es esencial para el éxito de la actividad. Debe actuar como catalizador del cambio, fomentando una atmósfera de optimismo, respeto y confianza mutua.



Adaptación a diferentes niveles

REGLAS BÁSICAS Y VARIACIONES SENCILLAS

El ajedrez es más que un juego; es una herramienta para la estrategia, la concentración y la autodisciplina. En un entorno penitenciario, cumple una doble función: ofrece estimulación mental y proporciona una forma constructiva de pasar el tiempo.

En una sala de recreo típica de una prisión, un tablero de ajedrez puede ser un remanso de paz en medio del caos. Las piezas, elaboradas con trozos de papel o jabón, revelan el ingenio de los reclusos, quienes transforman los escasos recursos en oportunidades de aprendizaje. Este capítulo explorará las reglas básicas del ajedrez y sus variantes adaptadas a distintos niveles de habilidad, teniendo en cuenta la singular dinámica de la vida tras las rejas.

Reglas básicas del ajedrez para principiantes en prisión. El juego comienza con un tablero estándar de 8x8, donde cada jugador controla 16 piezas. Así es como se mueve cada pieza:

- **Rey:** Se mueve una casilla en cualquier dirección, pero no puede moverse a una casilla de jaque.
- **Reina:** La pieza más poderosa, capaz de moverse cualquier número de casillas en línea recta.
- **Torres:** Se mueven cualquier número de casillas vertical u horizontalmente.
- **Alfiles:** Se desplazan en diagonal sobre casillas de su color inicial.
- **Caballitos:** Saltan en forma de "L", pasando por encima de las demás piezas.
- **Peones:** Avanzan una casilla (dos en su primer movimiento) y capturan en diagonal. Pueden coronar al llegar al lado opuesto.

Los reclusos que se inician en el ajedrez suelen comenzar por aprender los fundamentos. Muchas prisiones organizan talleres para principiantes donde jugadores experimentados enseñan a los novatos, a veces utilizando tableros pintados sobre mesas o dibujados en papel. El ajedrez no solo agudiza la mente, sino que también fomenta la paciencia, el pensamiento crítico y la satisfacción personal.



Desarrollo de la concentración y la disciplina en el ajedrez

La vida en prisión puede ser impredecible, pero el ajedrez ofrece estructura. Los reclusos aprenden rápidamente la importancia de la concentración: un solo movimiento descuidado puede costarles la partida. Esta lección se aplica a la vida diaria, enseñando a los jugadores a reflexionar antes de actuar. Para los principiantes, el énfasis en el control del centro —dominar las casillas centrales del tablero— ofrece una lección esencial: establecer una base sólida antes de realizar movimientos audaces.

Este proceso fomenta la disciplina, mostrando a los jugadores el valor del progreso constante y reflexivo, tanto en el tablero como en la vida.

Variantes de ajedrez para principiantes

El ajedrez para principiantes en un entorno penitenciario a menudo incorpora reglas simplificadas y adaptaciones creativas para fomentar la participación:

- **Guerras de peones:** Los jugadores utilizan únicamente peones para aprender sus reglas de movimiento y promoción.
- **Sin reinas:** Eliminar las reinas obliga a los jugadores a depender del uso estratégico de piezas más débiles.

Estas variantes resultan especialmente eficaces para introducir el juego a quienes, de otro modo, podrían encontrarlo demasiado complejo. Al reducir el número de reglas y piezas, el juego se vuelve accesible a más internos, fomentando un entorno inclusivo donde cada uno puede aprender a su propio ritmo.

Estrategias intermedias para el desarrollo de habilidades

Una vez que los reclusos comprenden los fundamentos, pueden explorar estrategias intermedias. El ajedrez se convierte no solo en un juego, sino en una batalla de ingenio que fomenta la reflexión profunda y la creatividad.

Las estrategias clave incluyen:

- **Horquillas:** Utilizar una pieza para atacar dos piezas enemigas simultáneamente.
- **Clavos:** Inmovilizar una pieza amenazando la pieza más valiosa que se encuentra detrás.
- **Empaladas:** Forzar el movimiento de una pieza más valiosa, dejando al descubierto una pieza más débil que se encuentra detrás.

Los jugadores de nivel intermedio suelen practicar estas tácticas durante los torneos, que son comunes en las cárceles.

Variantes avanzadas en un contexto penitenciario

Para los jugadores más experimentados, las variantes de ajedrez añaden profundidad e imprevisibilidad al juego:

- **Ajedrez a ciegas:** Los jugadores anuncian sus movimientos sin ver el tablero, poniendo a prueba su memoria y capacidad de visualización.
- **Ajedrez relámpago/bala:** Con límites de tiempo extremadamente cortos, esta variante exige rapidez mental y nervios de acero.
- **Ajedrez por equipos:** Varios jugadores colaboran, discutiendo estrategias y creando camaradería.

JUEGOS Y EJERCICIOS PRÁCTICOS

Las partidas de ajedrez seleccionadas para cada nivel de jugadores varían según su habilidad y comprensión del juego. Para principiantes, elegimos partidas fáciles de seguir o tan conocidas que incluso quienes no juegan al ajedrez podrían reconocerlas. Este enfoque ayuda a establecer una buena relación con los estudiantes, despertando un mayor interés al destacar pasiones comunes.

El famoso "Compañero de Légal":

Uno de los ejemplos más renombrados es el "Mate de Légal", que fue jugado por primera vez por **Kermur Sire De Légal** en París en 1750. La partida es célebre por su elegante explotación de la debilidad de f7.

Kermur Sire De Légal - Saint Brie (1750 - París, FRA)

1.e4 e5 2.Cf3 d6 3.Ac4 Ag4 4.Cc3 g6 5.Cxe5 Axh1 6.Axf7+ Re7 7.Cd5# 1-0

Este juego enseña a los principiantes las vulnerabilidades en las primeras etapas de una partida de ajedrez y demuestra cómo pueden explotarse eficazmente.

Entre los ejemplos se incluyen el famoso "Mate del Loco" y el "Mate de Ley". Estas partidas son útiles para ilustrar las debilidades típicas de las aperturas (como las debilidades de los peones f2/f7, quedarse atrás en el desarrollo de las piezas, mover la misma pieza varias veces en la apertura, la insuficiente seguridad del rey, etc.) y cómo contrarrestarlas con estrategias defensivas sólidas, evitando así errores clásicos.



El juego de "2001: Una odisea del espacio":

Otro juego famoso proviene de la película 2001: Odisea del Espacio, donde el astronauta Frank Poole juega un juego contra la inteligencia artificial HAL 9000. El juego, aunque ficticio, está inspirado en un encuentro real jugado en Hamburgo en 1910 entre Roesch y Willi Schlage.

Roesch - Willi Schlage (1910 - Hamburgo, Alemania)

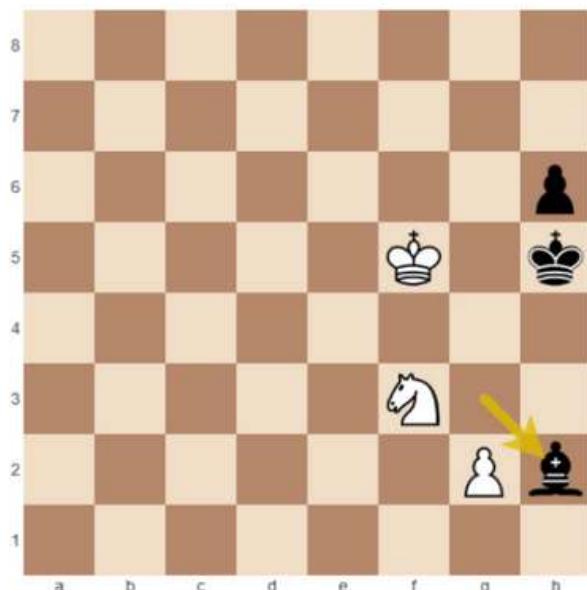
1.e4 e5 2.Cf3 Cc6 3.Ab5 a6 4.Aa4 Cf6 5.De2 b5 6.Ab3 Ae7 7.c3 O-O 8.O-O d5 9.exd5 Cxd5 10.Cxe5 Cf4 11.De4 Cxe5 12.Dxa8 Dd3 13.Ad1 Ah3 14.Dxa6 Axb2 15.Te1 Df3 0-1

La posición después de 13...Bh3 fue famosa por haber sido utilizada en 2001: Odisea del Espacio de Stanley Kubrick para el juego entre Frank Poole y HAL.

Analizar las debilidades típicas de las aperturas (como las debilidades de los peones f2/f7, quedarse atrás en el desarrollo de las piezas, mover la misma pieza varias veces en la apertura, la seguridad insuficiente del rey, etc.) y cómo contrarrestarlas con estrategias defensivas sólidas, evitando así errores clásicos.

Ejercicios para principiantes

Para principiantes, los ejercicios son sencillos y con un análisis mínimo. Suelen consistir en secuencias cortas de jugadas, normalmente de una o dos, que llevan directamente al jaque mate. Por ejemplo, en el diagrama siguiente, las blancas juegan y dan jaque mate en una sola jugada (1.g4#).



Juegos de nivel intermedio

Para jugadores de nivel intermedio, presentamos partidas más complejas que requieren una comprensión más profunda de la apertura, el medio juego y el final. Cada partida se analiza en detalle, centrandonos en los aspectos estratégicos de la posición, la planificación y la ejecución. Un ejemplo paradigmático para este nivel es la famosa partida **Fischer-Spassky** del Campeonato Mundial de 1972 en Reikiavik.

Fischer – Spassky (1972 – Reikiavik, ISL)

```

1.c4 e6 2.Cf3 d5 3.d4 Cf6 4.Cc3 Ae7 5.Ag5 O-O
6.e3 h6 7.Ah4 b6 8.cxd5 Cxd5 9.Axe7 Dxe7
10.Cxd5 exd5 11.Tc1 Ae6 12.Da4 c5 13.Da3 Tc8
14.Ab5 a6 15.dxc5 bxc5 16.O-O Ta7 17.Ae2 Cd7
18.Cd4 Df8 19.Cxe6 fxe6 20.e4 d4 21.f4 De7 22.e5
Tb8 23.Ac4 Kh8 24.Dh3 Cf8 25.b3 a5 26.f5 exf5
27.Txf5 Ch7 28.Tcf1 Dd8 29.Dg3 Te7 30.h4 Tbb7
31.e6 Tbc7 32.De5 De8 33.a4 Dd8 34.R1f2 De8
35.R2f3 Dd8 36.Ad3 De8 37.De4 Cf6 38.Txf6 gxf6
39.Txf6 Rg8 40.Ac4 Rh8 41.Df4 1-0

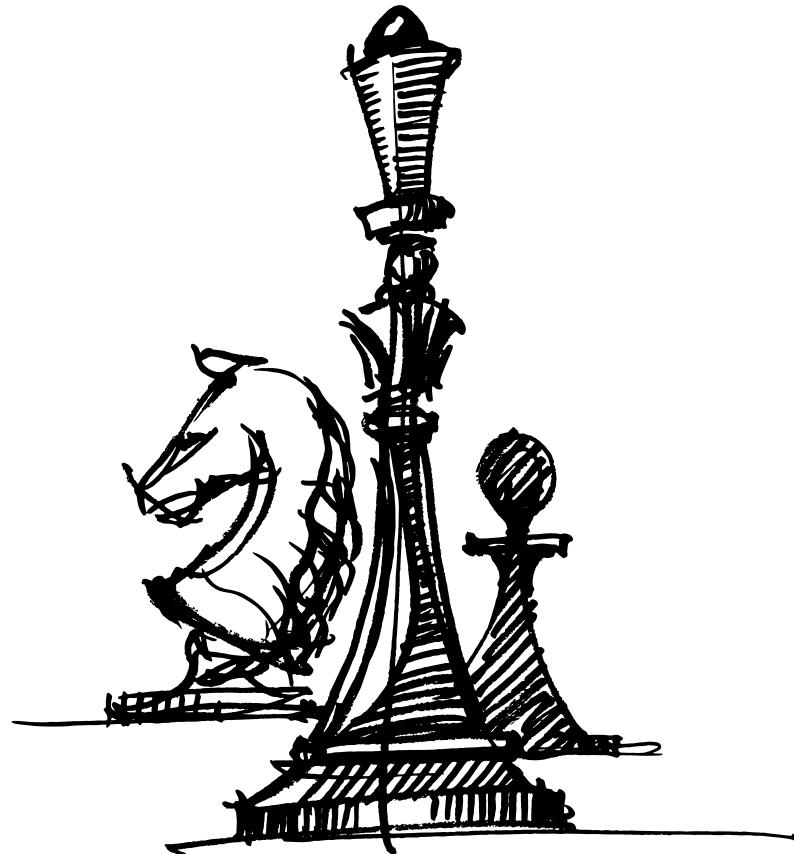
```

Este juego resalta la importancia del juego posicional y la creación de planes sencillos pero efectivos.

Ejercicios intermedios

A medida que los estudiantes progresan, los ejercicios se vuelven más complejos. Estos ejercicios suelen abordar temas tácticos que requieren un análisis minucioso y cálculos precisos. Por ejemplo, en el diagrama siguiente, las blancas deben calcular una secuencia de jugadas, que podría constar de hasta ocho o nueve movimientos para lograr la victoria.

1.Dxg6 Rd8 (1...Cxg6 2.Tf7+ Rd8 3.Td7#) 2.Txe5 dxe5 3.Ag5+ hxg5 4.Dxg5+ Ae7 5.Td1+ Dd6 6.Txd6+ Rc7 7.Td7+ Rb8 8.Txe7 Txe7 9.Dxe7 1-0



Estrategias de enseñanza para reclusos

La conocida cita «El ajedrez no se puede enseñar, solo se puede aprender», atribuida al sexto campeón mundial de ajedrez, Mikhail Botvinnik, subraya un principio fundamental de la educación: el aprendizaje depende, en última instancia, no solo del profesor, sino también, y quizás principalmente, del alumno. Esta perspectiva destaca el papel del alumno en el dominio de habilidades complejas, en este caso, el ajedrez. Para ofrecer el mejor material, los educadores deben comprender las necesidades, motivaciones y características cognitivas específicas de sus alumnos, y presentar el material de una manera significativa y accesible.

Para diseñar estrategias de enseñanza eficaces para personas privadas de libertad, es fundamental reconocer primero los factores que suelen contribuir al encarcelamiento. Se sabe que el bajo nivel educativo, las dificultades económicas y los desafíos relacionados con la migración se encuentran entre los principales factores de riesgo que conducen al encarcelamiento (Consejo de Europa, s.f.). Los trastornos por consumo de sustancias son especialmente prevalentes en la población penitenciaria: aproximadamente uno de cada cuatro reclusos tiene problemas con el consumo de alcohol, mientras que los trastornos por consumo de drogas son aún más frecuentes (Fazel, Yoon y Hayes, 2017).

- Los estimulantes alteran el sistema de dopamina, reduciendo la capacidad de tomar decisiones (Londres, 2016).

- Los depresores perjudican la memoria y la capacidad de aprendizaje (Oscar-Berman & Marinković, 2007).
- Otras sustancias pueden contribuir a problemas de atención (Curran, 1991).

Además del abuso de sustancias, muchos presos se enfrentan a problemas psicológicos y cognitivos. Los datos muestran que casi el 33 % de los reclusos en Europa padecen algún trastorno mental (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2023). Estas dificultades cognitivas dificultan el aprendizaje en prisión, pero también ponen de relieve la importancia de las actividades educativas cuidadosamente estructuradas.

La buena noticia es que el ajedrez ofrece una oportunidad única para abordar muchos de los desafíos mencionados. El juego estimula la toma de decisiones, la planificación, la concentración y mejora la memoria; habilidades que suelen verse afectadas por el abuso de sustancias, los trastornos de salud mental o la falta de educación. En este sentido, el ajedrez puede considerarse una herramienta integral para el desarrollo cognitivo.

Actualmente, no existe una metodología ampliamente adoptada diseñada específicamente para enseñar ajedrez a los reclusos ni como herramienta de autoaprendizaje para ellos. Sin embargo, pueden aplicarse estrategias generales de enseñanza del ajedrez, adaptándolas según los datos mencionados anteriormente.

Dicho esto, la metodología por sí sola no basta. La regularidad de las clases, su duración e intensidad, y sobre todo la implicación y la comprensión, pueden desempeñar un papel aún más importante en las primeras etapas del aprendizaje que los materiales didácticos específicos utilizados.

Al introducir el ajedrez en entornos penitenciarios, el enfoque pedagógico debe encontrar un equilibrio entre los objetivos educativos y las necesidades específicas de los alumnos. Los siguientes principios pueden servir de base:

- Cree un entorno seguro y acogedor. Muchos internos pueden haber tenido experiencias limitadas o negativas con la educación formal. Para reducir la resistencia, se recomienda presentar el ajedrez principalmente como un juego, utilizando elementos lúdicos y de gamificación.
- Fomentar la mentalidad adecuada. El ajedrez es un deporte competitivo, pero en la educación penitenciaria, el enfoque debe estar en el aprendizaje, no en la victoria. Promover la idea de que perder una partida es simplemente parte del proceso de aprendizaje. Pequeños ajustes en el lenguaje —por ejemplo, usar la palabra «compañero» en lugar de «oponente»— pueden reforzar un ambiente más constructivo.
- Resalte los beneficios reales. En lugar de centrarse únicamente en el rendimiento en ajedrez, enfatice cómo este deporte desarrolla habilidades transferibles, como el pensamiento lógico, la concentración, la paciencia y la toma de decisiones. Estas habilidades pueden apoyar la rehabilitación y preparar a los reclusos para los desafíos que se presentan más allá de la vida en prisión.

Adapta el tiempo y la intensidad. Dominar el ajedrez es sumamente complejo (de hecho, hay menos grandes maestros de ajedrez en el mundo que personas que han escalado el Everest). Para mantener la atención y la motivación, ajusta la duración y la intensidad de las clases a la capacidad cognitiva y la concentración de los alumnos. Las sesiones más cortas y concisas suelen ser más efectivas que las clases magistrales largas.

Fomentar el aprendizaje autodirigido. Una de las funciones más importantes del educador es inspirar motivación durante las sesiones educativas. Una vez despertado el interés, brindar a los estudiantes oportunidades para practicar de forma independiente para que también puedan continuar aprendiendo por su cuenta.

FOMENTAR EL DESARROLLO PERSONAL E INDIVIDUAL

El ajedrez es un deporte individual, y el crecimiento personal es esencial para progresar en él. Para los reclusos, el ajedrez puede ser una herramienta valiosa para apoyar el desarrollo individual, fortaleciendo no solo las habilidades ajedrecísticas, sino también capacidades cognitivas y emocionales más amplias.

Toma de decisiones.

El ajedrez es un juego de información abierta: todo en el tablero es visible y cada movimiento requiere una decisión. Esto lo convierte en un juego natural.

La gamificación resulta especialmente eficaz en este caso: al pasar de la teoría a la práctica mediante el juego activo, se incrementa el número de decisiones que los alumnos deben tomar. Un método efectivo es el uso de minijuegos: escenarios de ajedrez simplificados que se juegan con menos piezas (por ejemplo, torre contra alfil, dos torres contra dos alfiles, etc.). Estos minijuegos son excelentes para practicar ideas específicas sin abrumar a los alumnos con la complejidad del ajedrez. Incluso en etapas posteriores, los minijuegos siguen siendo útiles al cambiar el enfoque. Por ejemplo, en lugar de jugar hasta el jaque mate, los alumnos pueden jugar hasta el primer jaque. Esto modifica el objetivo y fomenta el pensamiento flexible y creativo.

(Recurso gratuito recomendado: Acorn Chess – una colección de más de 150 minijuegos)

Resolución de problemas.

La resolución de problemas es fundamental en el ajedrez. Los problemas de ajedrez son muy variados y a menudo se centran en temas tácticos o estratégicos específicos. Favorecen el reconocimiento de patrones y mejoran el pensamiento lógico. Para los principiantes, la principal ventaja de los problemas es que el objetivo es claro (por ejemplo, jaque mate en dos jugadas), lo que hace que la tarea sea sencilla y motivadora. La clave está en elegir problemas del nivel adecuado: para quienes tienen menor capacidad de atención, conviene empezar con problemas sencillos que se puedan resolver en pocos minutos. La dificultad se puede aumentar gradualmente para prolongar la concentración y desarrollar la perseverancia.

(Recurso gratuito recomendado: Lichess – una colección de rompecabezas que se actualiza constantemente).

Desarrollo de la memoria

En ajedrez, la memoria no se enfatiza directamente, pero sigue desempeñando un papel fundamental. Gran parte del aprendizaje del ajedrez implica la memorización inconsciente: absorber patrones resolviendo numerosos problemas y jugando partidas. En ajedrez, los jugadores no solo recuerdan secuencias de movimientos, sino también ideas, estrategias y planes. Esta memoria más profunda facilita la transferencia de conocimiento entre posiciones. Se pueden utilizar ejercicios específicos para mejorar la memoria. Por ejemplo: presentar dos problemas similares y pedir a los participantes que identifiquen las diferencias. Animarles a reconstruir las posiciones tras observarlas brevemente. Estas actividades entrenan la memoria y, al mismo tiempo, refuerzan el pensamiento analítico.

Regulación emocional.

Las emociones son parte integral del proceso de toma de decisiones. En ajedrez, sin embargo, el éxito depende de tomar decisiones basadas en información objetiva, en lugar de en emociones como el miedo o la euforia. Por lo tanto, cada partida ofrece una oportunidad para practicar el autocontrol emocional. Incluso en el ajedrez educativo (no en el ajedrez estrictamente competitivo), hay un ganador y un perdedor. Esto puede desencadenar emociones intensas. La ira, en particular, es una respuesta típica a la derrota y, si no se controla, puede ser destructiva.

Reflexiona sobre si tu reacción es razonable. Mediante este proceso, los estudiantes aprenden a observar sus emociones con mayor objetividad. Con el tiempo, el ajedrez puede convertirse en una forma de autoterapia, que favorece la resiliencia emocional y una mejor salud mental.

DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES

El ajedrez fomenta la interacción de forma natural. Aunque técnicamente los jugadores son oponentes, el juego se basa en principios de respeto mutuo, justicia y etiqueta. Mediante sus reglas escritas y no escritas,

El ajedrez fomenta los buenos modales, el comportamiento adecuado y las relaciones respetuosas, valores que pueden ayudar a normalizar las interacciones entre los reclusos. Sin embargo, el ajedrez es principalmente una actividad individual. Para maximizar sus beneficios educativos en el desarrollo de habilidades sociales, los educadores deberían organizar sesiones de aprendizaje en parejas o grupos. Esto no solo enfatiza la cooperación y la comunicación, sino que también fortalece las relaciones interpersonales y apoya el desarrollo de la empatía.



Etiqueta y reglas.

Las reglas del ajedrez regulan no solo el movimiento de las piezas, sino también el comportamiento de los jugadores, como darse la mano antes y después de una partida o respetar el derecho del oponente a pensar sin interrupciones. Para los reclusos, que a menudo son encarcelados por infringir las normas sociales, este marco estructurado puede ser especialmente valioso. Los educadores pueden complementar las reglas oficiales del ajedrez introduciendo normas de convivencia en el aula o reglas adicionales que fomenten el respeto. Por ejemplo, podrían ser reglas para minijuegos y concursos, acuerdos sobre la comunicación respetuosa y expectativas claras de comportamiento durante las clases.

Sin embargo, las reglas deben ajustarse al nivel de comprensión de los estudiantes. Estos no solo deben comprender la regla, sino también su razón de ser y las consecuencias de su incumplimiento. Este proceso ayuda a los internos a reconocer que todo entorno —ya sea un aula, una partida de ajedrez o la sociedad en general— tiene reglas que garantizan la equidad y la cooperación. A medida que los estudiantes progresan, los educadores pueden adaptar o ampliar las reglas para satisfacer sus necesidades. La coherencia es fundamental: las reglas siempre deben aplicarse de manera justa y transparente, lo que genera confianza y refuerza el aprendizaje social.

Comunicación y cooperación.

En todo el mundo, el ajedrez se utiliza cada vez más para ayudar a grupos vulnerables a desarrollar habilidades sociales.

Por esta razón en la educación penitenciaria, se recomienda integrar actividades grupales que fomenten el trabajo en equipo, la solidaridad y la cooperación. Esto podría incluir concursos grupales, donde el educador divide a los estudiantes en equipos para resolver acertijos o desarrollar estrategias en conjunto. Otra opción son las partidas por parejas o equipos: jugar ajedrez en colaboración ayuda a desarrollar habilidades de escucha, comunicación y toma de decisiones compartida. A continuación, se presentan ejemplos de variantes de ajedrez social.

- Ajedrez por parejas: Dos jugadores forman un equipo en un tablero, turnándose para hacer movimientos.
- Mano y Cerebro – Dos jugadores forman un equipo. El “cerebro” anuncia qué tipo de pieza mover, mientras que la “mano” decide el movimiento específico.
- Bughouse – Se juega en dos tableros con cuatro jugadores (dos equipos). Las piezas capturadas en un tablero se pueden pasar al compañero para usarlas en el otro.
- Ajedrez honesto: se suele jugar entre un jugador más fuerte y otro más débil. El jugador más fuerte anuncia sus intenciones y amenazas en voz alta (por ejemplo, «Amenazo con capturar tu torre»). Esta variante favorece el aprendizaje y fomenta la comunicación abierta creando un entorno propicio para la intervención pedagógica

donde el ajedrez sirve no solo como un pasatiempo sino como una forma estructurada de practicar el respeto, la cooperación y la comunicación; todas ellas habilidades vitales para la reintegración en la sociedad.

EXPERIENCIAS EN PAÍSES SOCIOS

El uso del ajedrez como herramienta social en las cárceles comenzó a desarrollarse internacionalmente a finales de la década de 2000 y principios de la de 2010. Inicialmente, estas iniciativas fueron impulsadas principalmente por entusiastas individuales y se limitaron a regiones específicas y a unas pocas cárceles selectas. Sin embargo,

En la década de 2020, el ajedrez en las cárceles ganó reconocimiento en varios países como una actividad educativa y rehabilitadora creíble y eficaz. Un hito importante se alcanzó en mayo de 2021, cuando la Federación Internacional de Ajedrez (FIDE), a través de su Comisión Social, se asoció con la Oficina del Sheriff del Condado de Cook (Chicago, EE. UU.) para lanzar el proyecto global Ajedrez por la Libertad. El programa otorga visibilidad y legitimidad internacional al concepto de utilizar el ajedrez como herramienta de rehabilitación en centros penitenciarios (FIDE, s.f.).



ITALIA

Italia introdujo el ajedrez en las cárceles en 2015, comenzando por la prisión de máxima seguridad de Spoleto. Allí, el ajedrez se ofreció como parte del proyecto «Deporte en la cárcel», cuyo objetivo era apoyar la rehabilitación a través del deporte (Trasciatti, 2017). Cabe destacar que la iniciativa pronto trascendió las clases e incluyó torneos oficiales para los internos. En 2016, el Comité Olímpico Nacional Italiano apoyó el primer torneo de ajedrez rápido con puntuación FIDE celebrado dentro de una prisión. Posteriormente, en 2019, Italia acogió el primer torneo de ajedrez clásico con puntuación FIDE en un centro penitenciario (Trasciatti, 2019). Estos eventos ponen de manifiesto cómo el ajedrez en Italia ha sido reconocido no solo como una herramienta educativa, sino también como una parte legítima del deporte competitivo.

ESPAÑA

España fue el primer país socio del proyecto Erasmus ICARUS en introducir el ajedrez en las cárceles. La iniciativa comenzó en 2009, liderada por el Club Magic Extremadura Deportivo-Social, con el programa «Nuestro ajedrez reinserta». El programa se implementó en dos prisiones de la región de Extremadura y continúa desde entonces. Cada año, durante nueve meses, se realizan dos talleres semanales, y más de 1200 internos han participado desde el inicio del programa. Este forma parte de las actividades oficiales de tratamiento penitenciario de España, orientadas a la reinserción social. Se centra en el desarrollo de habilidades cognitivas —como la atención, la memoria y el razonamiento— y en la aplicación de estrategias ajedrecísticas a situaciones cotidianas. La importancia del programa ha sido reconocida formalmente,



reconocido: en 2012, recibió la Medalla de Plata al Mérito Social en Prisiones del Ministerio del Interior español (Montero, 2021).

LETONIA

A diferencia de Italia y España, Letonia lanzó su programa de ajedrez en prisiones mucho más tarde, en 2022, directamente bajo el auspicio del proyecto Ajedrez por la Libertad. Actualmente, se celebran sesiones regulares de ajedrez en tres prisiones distintas de tres ciudades (FIDE, 2022). Si bien la iniciativa sigue estando impulsada principalmente por voluntarios, ha comenzado a obtener reconocimiento gubernamental. A finales de 2023, el responsable del programa —quien había estado entrenando a los internos desde el inicio del proyecto— recibió el premio «De persona a persona» del Ministerio de Justicia de Letonia por su contribución a la educación penitenciaria (Ministerio de Justicia de Letonia, 2023).



DIRECTRICES PARA EL USO DE LOS MÓDULOS ICARUS POR PARTE DE ENTRENADORES Y PREPARADORES DE AJEDREZ

"Nunca se gana un partido rindiéndose" (GM S. Tartakower)



Metodología

Prepárate para un entrenamiento extraordinario. Nuestra metodología única combina el poder del desarrollo de habilidades metacognitivas dentro de la Inteligencia Emocional (IE) con la profundidad estratégica y las múltiples ventajas del ajedrez. Este programa integral se basa en la experiencia combinada de nuestros socios de AE y nuestros socios de ajedrez, ofreciendo una experiencia de aprendizaje verdaderamente holística.

Partiendo de una sólida base de cinco buenas prácticas identificadas, nuestros socios de AE han diseñado seis atractivos módulos de formación (una combinación de teoría y práctica). Estos módulos se centran en habilidades metacognitivas cruciales dentro de las áreas clave de la IE: atención plena, autocontrol, motivación, empatía y habilidades sociales.

- Centre for Education and Innovation Research: Iluminando el camino hacia las habilidades metacognitivas.
- Skill Up: Te capacitamos con habilidades blandas esenciales e inteligencia emocional.
- INDEPCIE: Le guiamos a través de un coaching eficaz en formación y educación.

Nuestros socios ajedrecísticos enriquecen aún más este programa con tres módulos de formación especializados, cada uno de los cuales explora el papel transformador del ajedrez en contextos únicos, incluyendo su aplicación en prisiones y su fascinante relación con la psicología:

- Federación Letona de Ajedrez: Ofreciendo una introducción completa al juego del ajedrez.
- UniChess S.S.D.R.L.: Compartiendo estrategias expertas para la enseñanza del ajedrez a adultos.
- Club Magic: Revelando los efectos positivos del ajedrez en prisión.

OBJETIVOS

Objetivo general:

- Mejorar la práctica docente de los entrenadores de adultos centrada en el desarrollo de las habilidades metacognitivas de los jugadores de ajedrez.
- Dotar a los educadores de todos los niveles y ámbitos, incluidos los entrenadores y jugadores de ajedrez, de una introducción al significado y la importancia de las "habilidades blandas" en diversos contextos.
- Ayudar a los ajedrecistas a alcanzar su máximo potencial tanto dentro como fuera del tablero.
- Crear un entorno de aprendizaje dinámico y estimulante que promueva el desarrollo de habilidades, la conciencia ética y el crecimiento personal entre los internos.

Objetivos facilitadores (relacionados con las habilidades metacognitivas para formadores):

Desarrollar el conocimiento de los docentes adultos sobre las habilidades metacognitivas.

- Actualizar las habilidades de los entrenadores de adultos para organizar una práctica docente relevante y apropiada con el uso de herramientas para la medición de las habilidades metacognitivas de los jugadores de ajedrez.
- Incrementar la actitud de los entrenadores adultos hacia las prácticas de enseñanza centradas en el desarrollo de las habilidades metacognitivas de los jugadores de ajedrez.

Objetivos facilitadores (relacionados con las habilidades blandas para educadores y jugadores):

- Desarrollar las habilidades blandas esenciales para el éxito en el ajedrez y la enseñanza.
- Para mejorar el rendimiento en ajedrez.
- Preparar a los jugadores de ajedrez para que se conviertan en instructores eficaces.
- Fomentar una comunidad de aprendizaje y apoyo.

Objetivos facilitadores (relacionados con el ajedrez en el sistema penitenciario):

- Presentar el ajedrez como una alternativa recreativa y educativa muy sana para pasar el tiempo en prisión.
- Promover valores especialmente recomendados a través de la práctica del ajedrez: respeto por las reglas y los rivales, estimulación del deseo de superación, fomento de la responsabilidad personal, mejora de la autoestima y el autocontrol, y promoción de la autocrítica.
- Inducir en los presos una forma más estratégica de enfocar sus vidas a través del ajedrez, enfatizando las consecuencias de las acciones y los beneficios de la planificación y el pensamiento estratégico.

- Promover la rehabilitación mediante el desarrollo de habilidades cognitivas, capacidades de resolución de problemas y pensamiento estratégico.
- Potenciar el pensamiento crítico, la concentración, la toma de decisiones y la planificación.
- Fomentar cambios de comportamiento positivos, promoviendo la disciplina, la paciencia y el respeto entre los reclusos.
- Fomentar un sentimiento de comunidad a través de torneos, partidas en grupo y clubes de ajedrez, promoviendo el compañerismo y el trabajo en equipo.
- Aprender los fundamentos del ajedrez.

ACTIVIDADES

Emprenda un viaje para perfeccionar su ajedrez y su desarrollo personal con esta colección de actividades estimulantes. Desarrollados por entrenadores expertos de EDA y compañeros ajedrecistas perspicaces, estos módulos ofrecen una variedad de enfoques diseñados para mejorar su pensamiento estratégico, inteligencia emocional y comprensión general del juego, tanto dentro como fuera del tablero.

- **Inventario de Conciencia Metacognitiva:** Realiza una encuesta reveladora para comprender tus propios procesos de pensamiento durante el ajedrez. Analiza los resultados para obtener información valiosa sobre cómo aprendes y elaboras estrategias en el tablero.
- **Lectura rápida y escaneo de textos:** Practica técnicas de lectura eficaces, especialmente diseñadas para el ajedrez. Aprende a identificar rápidamente

Información clave y análisis de los aspectos críticos del juego.

- Resolución de dilemas éticos en el ajedrez: Participa en escenarios que invitan a la reflexión y exploran los desafíos éticos del ajedrez. Desarrolla tus habilidades analíticas mientras fomentas un fuerte sentido del juego limpio.
- Método York-Bark: Experimente un enfoque de aprendizaje donde el entrenador actúa como facilitador, guiando sus reflexiones y acompañándolo en su camino hacia el dominio del ajedrez.
- Alcanzar el estado de flujo a través del ajedrez: Descubre la increíble sensación de estar completamente absorto en el ajedrez, perdiendo la noción del tiempo y las distracciones externas. Desbloquea un mayor bienestar y satisfacción mediante la concentración plena.
- Café Amargo- Control de la Ira: Aprende estrategias efectivas para comprender y controlar la ira en el contexto del ajedrez. Desarrolla el autocontrol y mantén un estado emocional equilibrado, incluso en situaciones difíciles.
- Test de Estilos de Aprendizaje: Descubre tu estilo de aprendizaje preferido mediante un cuestionario interactivo.
- La rueda de la vida: Implementa la actividad "La rueda de la vida" para obtener una visión holística de diferentes áreas de tu vida e identificar dónde las mejoras pueden apoyar tus objetivos ajedrecísticos.
- El mapa de objetivos: Define objetivos SMART claros y alcanzables para tu desarrollo ajedrecístico. Crea un plan de acción concreto para convertir tus aspiraciones en realidad.
- Método ECAM: Experimente un enfoque de entrenamiento que enfatiza el éxito y desarrolla la autoeficacia.
- Preguntas de control/análisis de la situación de cada pieza de ajedrez. Analizar la función y la importancia estratégica de cada pieza mediante preguntas específicas y escenarios de partidas reales.
- Rompecabezas de ajedrez sobre los movimientos de cada pieza. Resuelve rompecabezas interesantes centrados en los movimientos únicos y las posibilidades tácticas de cada pieza.
- Hora de debate: Participa en ejercicios prácticos y simulaciones que reflejan situaciones reales de ajedrez. Representa diferentes posiciones y analiza partidas famosas para agudizar tus habilidades analíticas y de toma de decisiones.
- Herramientas de entrenamiento operativo: Explora posiciones aparentemente simples que ocultan complejas posibilidades tácticas. Desarrolla una gran atención al detalle .

EVALUACIÓN

Para evaluar eficazmente el impacto y el valor de estas actividades , podemos emplear un enfoque multifacético centrado en varias áreas clave:

1. Participación y experiencia de los participantes:
 - Métodos: Observar el nivel de participación activa e interacción durante cada actividad. Recopilar comentarios mediante cuestionarios o encuestas posteriores a la actividad para evaluar

- Satisfacción de los participantes, relevancia percibida y disfrute. Facilitar debates grupales para obtener información cualitativa sobre sus experiencias de aprendizaje.
- **Enfoque:** ¿Qué grado de participación mostraron los participantes? ¿Les resultaron las actividades estimulantes y relevantes para su desarrollo? ¿Cuáles fueron sus impresiones generales y conclusiones?

2. Desarrollo de conocimientos y habilidades:

- **Métodos:** Cuando corresponda, utilice evaluaciones previas y posteriores a la actividad (p. ej., cuestionarios breves, tareas de resolución de problemas) para medir cualquier mejora demostrable en el conocimiento o las habilidades relacionadas con la metacognición, las habilidades interpersonales o la estrategia de ajedrez. Analice la calidad del trabajo de los participantes durante las actividades (p. ej., reflexiones, soluciones a dilemas, mapas de objetivos).
- **Enfoque:** ¿Contribuyeron las actividades a una mayor comprensión de los conceptos abordados? ¿Desarrollaron los participantes nuevas habilidades o mejoraron las que ya poseían?

3. Aplicación del aprendizaje:

- **Métodos:** Se anima a los participantes a reflexionar sobre cómo pueden aplicar los conocimientos y habilidades adquiridos en las actividades a su práctica de ajedrez, a la enseñanza (si procede) e incluso a otros ámbitos de la vida.
- **Objetivo:** ¿Pueden los participantes identificar formas concretas de utilizar lo que han aprendido? ¿Anticipan cambios en su enfoque del ajedrez o de la enseñanza como resultado de estas actividades?

4. Logro de los objetivos:

- **Métodos:** Revisar los objetivos establecidos para cada actividad y el programa de capacitación en general. Analizar los datos recopilados mediante observaciones de la participación, evaluaciones y retroalimentación para determinar en qué medida se cumplieron dichos objetivos.
- **Enfoque:** ¿Se lograron los resultados de aprendizaje previstos? ¿Las actividades abordaron eficazmente el desarrollo de habilidades metacognitivas, habilidades blandas y pensamiento estratégico?

5. Eficacia del facilitador:

- **Métodos:** Recopilar comentarios de los participantes sobre la claridad de las instrucciones, la eficacia de las técnicas de facilitación utilizadas y el apoyo general brindado por los instructores y los compañeros de ajedrez.
- **Enfoque:** ¿Los facilitadores eran conocedores y dinámicos? ¿Crearon un entorno de aprendizaje propicio y de apoyo?

6. Impacto y valor del programa:

- **Métodos:** Considere el impacto global del conjunto de actividades en el desarrollo de los participantes. Esto puede evaluarse mediante encuestas longitudinales, testimonios o el seguimiento de su progreso en el ajedrez o la eficacia docente a lo largo de un período prolongado.
- **Enfoque:** ¿Cuál es el valor y el impacto general de este programa de entrenamiento? ¿Contribuyó al crecimiento de los participantes como jugadores de ajedrez, entrenadores y personas?



DIRECTRICES PARA EL USO DE LOS MÓDULOS DE ENTRENAMIENTO DE AUTOSUPERACIÓN ICARUS

«El ajedrez no es como la vida... ¡tiene reglas!» (Mark Pasternak, escritor)

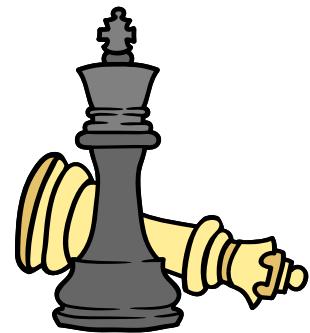


Metodología

El programa de entrenamiento de superación personal ICARUS consta de dos partes:

- Habilidades blandas y
- Entrenamiento de habilidades de ajedrez.

La tabla 4 muestra la metodología de entrenamiento de habilidades blandas y habilidades de juego de ajedrez.



ICARUS: habilidades de entrenamiento para el desarrollo personal	Subhabilidades	Descripción de las subhabilidades	Buenas prácticas
Habilidades blandas	<p>Inteligencia emocional</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Autoconciencia 2. Autocontrol 3. Motivación 4. Empatía 5. Habilidades sociales 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Autoconciencia 2. Autocontrol 3. Motivación 4. Empatía 5. Habilidades sociales 	<ol style="list-style-type: none"> 1. La práctica filosófica en la prisión de Rebibbia 2. Las emociones en el trabajo: presos y pacientes psiquiátricos cuentan sus historias 3. Proyecto TAG – Una justicia totalmente diferente 4. PROYECTO NAUSICAA 5. Programa 2121
	<p>Habilidades metacognitivas o aprender a aprender</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Resolución de problemas 2. Desarrollo de estrategias de aprendizaje 3. Juicio crítico 4. Pensamiento divergente 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Resolución de problemas 2. Desarrollo de estrategias de aprendizaje 3. Juicio crítico 4. Pensamiento divergente 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Proyecto de Habilidades Metacognitivas 2. Programa de ajedrez en las cárceles de Letonia 3. Programa Ajedrez por la Libertad 4. Programa de ajedrez en prisión de la Unión Europea de Ajedrez
	<p>Coaching en formación y educación</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Comunicación eficaz 2. Resolución de problemas 3. Gestión del tiempo 4. Trabajo en equipo 5. Autoconciencia 6. Autoconfianza 7. Resiliencia 8. Empatía 9. Liderazgo 10. Pensamiento crítico 11. Creatividad 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Comunicación eficaz 2. Resolución de problemas 3. Gestión del tiempo 4. Trabajo en equipo 5. Autoconciencia 6. Autoconfianza 7. Resiliencia 8. Empatía 9. Liderazgo 10. Pensamiento crítico 11. Creatividad 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Proyecto de Habilidades Blandas 2. Garantía para jóvenes 3. Red Empresarial Europea 4. Iniciativa "Activar"

Habilidades de juego de ajedrez	Enseñar ajedrez a adultos	<ul style="list-style-type: none"> 1. Mejora de habilidades 2. Mejora de habilidades básicas 3. Desarrollo profesional 4. Enriquecimiento personal 5. Relacionado con el trabajo 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Piensa antes de mudarte 2. El ajedrez tras las rejas no es un obstáculo para el ajedrez (Hay un sueño detrás de cada puerta). 3. Construir relaciones 4. ¡Vive nuevas experiencias (y crea nuevas oportunidades!)! 5. Desarrolla disciplina mental y emocional
	Introducción al juego del ajedrez	<ul style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué es el ajedrez? 2. ¿Cuál es la historia del ajedrez? 3. Familiarizarse con el tablero de ajedrez y las piezas de ajedrez; 4. Términos importantes del ajedrez; 5. Estrategia del juego de ajedrez: inicio, medio juego, final del juego; 6. Movimientos de una pieza de ajedrez. 7. El reloj de ajedrez y los controles de tiempo clave en el ajedrez. 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Torneos: Torneo de clasificación, torneo por parejas, torneo mano-cerebro 2. Combates de entrenamiento por equipos 3. Cobertura mediática 4. Creación de una biblioteca de ajedrez y resolución de problemas de ajedrez como automotivación para aprender y mejorar. 5. Romper el hielo. Y la jerarquía entre los reclusos
	Desarrollo personal	<ul style="list-style-type: none"> 1. Cuidado físico 2. Salud mental 3. Educación formal/no formal 4. Buena relación personal 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Nuestro ajedrez se reintegra 2. Mantén la calma 3. La mejor jugada 4. Cuatro Caminos 5. Rehabilitación cognitiva en blanco y negro

Tabla 4. Descripción de la metodología de entrenamiento en habilidades blandas y habilidades de juego de ajedrez



Estructura modular: objetivos, actividades, evaluación

El programa de entrenamiento de superación personal ICARUS se basa en una estructura modular.

Cada módulo ha sido descrito y se ha proporcionado un cronograma para su implementación.

Cada módulo tiene objetivos, actividades y evaluación.

La tabla 5 resume las herramientas que se utilizarán para el entrenamiento de habilidades blandas y habilidades de juego de ajedrez.

ICARUS: habilidades de entrenamiento para el desarrollo personal	Subhabilidades	Herramientas	Herramienta de autoevaluación
Habilidades blandas	Inteligencia emocional	<ul style="list-style-type: none"> 1. Alcanzar el estado de flujo a través del ajedrez 2. Controlar la ira 3. Implementar la escucha activa 	
	Habilidades metacognitivas o aprender a aprender	<ul style="list-style-type: none"> 1. Inventario de Conciencia Metacognitiva 2. Lectura rápida y escaneo de textos 3. Resolver dilemas éticos en el ajedrez 4. Homófonos en el idioma inglés 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Primera fase: mirar hacia atrás 2. Segunda fase: pensar en profundidad 3. Tercer paso: aprende más sobre ti mismo. 4. Paso cuatro: Planifica tus próximos pasos
	Coaching en formación y educación	<ul style="list-style-type: none"> 1. Test de estilos de aprendizaje 2. La rueda de la vida 3. El mapa de objetivos / tablero de visión 	

Tabla 5. Herramientas para el entrenamiento de habilidades blandas y habilidades de ajedrez



La tabla 6 presenta módulos de entrenamiento para implementar con reclusos, preparados conjuntamente por la institución de formación y la organización de ajedrez.

País	Enfocar	Herramientas
Italia	Habilidades intrapersonales	<ul style="list-style-type: none"> 1. Adivina quién soy 2. La gallina y el zorro 3. Juntos 4. ¿Qué pieza de ajedrez eres?
Letonia	Valores cívicos	<ul style="list-style-type: none"> 1. Valores cívicos y el juego de ajedrez 2. Respeto de las reglas 3. Moral y ética con respecto a las reglas 4. Etiqueta en el ajedrez 5. El ajedrez como metáfora de la vida 6. Lecciones de vida del ajedrez
España	El área "Otra"	<ul style="list-style-type: none"> 1. Comunicación / Comunicación no violenta 2. Saber escuchar y participar 3. Comunicación y reflexión: Lenguaje estratégico

Tabla 6. Módulos de formación para presos





DIRECTRICES PARA EL USO DEL INSTRUMENTO DE AUTOEVALUACIÓN ICARUS

«En el ajedrez, como en la vida, la mejor jugada es siempre la que haces» (Dr. Siegbert Tarrasch)



Metodología

La herramienta de autoevaluación ICARUS se desarrolló para guiar a los participantes a través de un proceso de reflexión activa sobre sí mismos y sus competencias transversales. El enfoque elegido es metacognitivo y centrado en el adulto, y se basa en una metodología participativa y autorreflexiva. La herramienta resulta especialmente adecuada para entornos educativos complejos, como las prisiones, donde fomentar la conciencia, la responsabilidad y el desarrollo personal es fundamental (York-Barr et al., 2001).

1. La estructura metodológica se basa en el modelo de cuatro fases de la práctica reflexiva:
2. Mirar hacia atrás: revisar y reelaborar la experiencia.
3. Pensar en profundidad: análisis crítico de comportamientos, emociones y decisiones.
4. Aprende más sobre ti mismo: toma conciencia de tus patrones de pensamiento y comportamientos personales.
5. Planifica tus próximos pasos: define tus objetivos futuros.

Este modelo, basado en el trabajo de York-Barr y sus colegas, fue objeto de una fase de investigación específica dentro del WP2, documentada en el "Informe de investigación 2.3 sobre herramientas de autoevaluación". El informe describe todo el proceso de selección y adaptación de la herramienta, desde una revisión sistemática de los métodos existentes hasta la selección final del método York-Barr.

El informe también destaca la coherencia entre el modelo seleccionado y los objetivos educativos del proyecto ICARUS, especialmente en lo que respecta al desarrollo de habilidades interpersonales en contextos complejos. Incluye ejemplos prácticos de preguntas guía, experiencias piloto y métodos de implementación, que se incorporaron a la versión final de la herramienta disponible en el archivo «Herramienta de autoevaluación.pdf».

ESTRUCTURA Y USO DE LA HERRAMIENTA DE AUTOEVALUACIÓN (WP2 – TAREA 2.3)

El desarrollo de la herramienta fue precedido por un análisis exhaustivo de las prácticas existentes. Los resultados de esta investigación, presentados en el "Informe de Investigación 2.3", destacan cómo herramientas como los diarios reflexivos, la evaluación entre pares y las rúbricas descriptivas son fundamentales para fomentar la metacognición y la autoeficacia entre los estudiantes adultos.

La herramienta desarrollada por ICARUS se estructura en cuatro secciones, cada una con preguntas guía y un espacio para la reflexión personal. Estas secciones, basadas en el modelo York-Barr, se adaptaron para incluir referencias explícitas a las habilidades blandas que promueve el proyecto (por ejemplo, comunicación, trabajo en equipo, autorregulación emocional). Los materiales del WP2 muestran cómo el uso de preguntas abiertas y estructuras narrativas facilita la apropiación personal del aprendizaje.

Actividades sugeridas y elementos de evaluación

Actividades recomendadas:

- Diario reflexivo individual, alineado con las cuatro fases, con preguntas guía extraídas directamente del "Self-Assessment Tool.pdf".
- Se facilitaron sesiones de análisis, incluyendo formatos de círculo de diálogo, para compartir experiencias y reflexiones obtenidas a través de la reflexión.
- Simulaciones, como escenarios de la vida real, que se analizarán posteriormente utilizando la herramienta.

Elementos de evaluación:

- Rúbricas de autoevaluación desarrolladas a partir de ejemplos del informe WP2.
- Administración de la herramienta en tres etapas diferentes: inicio, punto medio y final del curso.
- Discusión de resultados con un facilitador/sesión entre pares.

HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN PARA LA FASE PILOTO (WP3 – TAREA 3.3)

Durante la fase piloto de las actividades de formación, el proyecto implementó tres herramientas integradas de evaluación interna, tal como se describe en la Tarea 3.3.1 del formulario de solicitud:

1. Hoja de autoevaluación individual

Incluye escalas Likert, preguntas cerradas y secciones abiertas. Recoge la mejora percibida en las habilidades interpersonales y la efectividad de las actividades. Se alinea con el enfoque de autorreflexión desarrollado en el WP2.

2. Hoja de observación individual. Utilizada por los formadores para recopilar sistemáticamente datos observables sobre la dinámica conductual y social.

3. Hoja de Observación General Se centra en el progreso general del grupo, la calidad de las interacciones y la respuesta a la metodología.

Actividades sugeridas y elementos de evaluación

Actividades recomendadas:

- Análisis de los datos recopilados dentro del equipo educativo.
- Retroalimentación triangulada entre las autoevaluaciones de los participantes, las observaciones de los instructores y las observaciones a nivel de grupo.
- Sesiones de retroalimentación con los participantes, cuando sea posible, para promover la transparencia y la rendición de cuentas.

Elementos de evaluación:

- Análisis integrado de las tres herramientas para proporcionar una visión multinivel del proceso de aprendizaje.
- Elaboración de mapas conceptuales para realizar el seguimiento del progreso.
- Elaboración de informes tanto cualitativos como cuantitativos.

Nota metodológica

La adopción del método York-Barr, confirmada y enfatizada en el WP2, hizo que la herramienta ICARUS fuera coherente con los objetivos transformadores de la educación penitenciaria. Su integración con las observaciones y la retroalimentación de la fase piloto (WP3) completa un ciclo de evaluación que no solo se centra en la medición, sino también en el aprendizaje metacognitivo.



CONCLUSIONES Y SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO ICARUS

'El ajedrez es vida' (GM Bobby Fischer)



Sostenibilidad

El proyecto ICARUS representa un modelo innovador de formación en habilidades blandas para entornos penitenciarios, integrando el ajedrez como herramienta de aprendizaje y desarrollo personal. A lo largo del manual, se presentan directrices y estrategias para la implementación efectiva de este enfoque.

Para garantizar la continuidad y expansión del modelo ICARUS, se recomienda:

- Establecer alianzas con instituciones penitenciarias y organismos educativos para facilitar la implementación del programa.
- Capacitar a nuevos profesores y entrenadores de ajedrez en el uso de las metodologías presentadas en este manual.
- Adaptar los contenidos y las actividades a diferentes contextos culturales y educativos.
- Desarrollar materiales adicionales para facilitar el autoaprendizaje y el aprendizaje autónomo.

La sostenibilidad del proyecto ICARUS depende también de la consolidación de una comunidad de práctica en la que profesores de educación de adultos, entrenadores de ajedrez y otros profesionales puedan intercambiar experiencias, recursos y estrategias. Se recomienda:

- La creación de foros de discusión y grupos de trabajo en línea.
- La organización de reuniones de formación y seminarios periódicos.

- El establecimiento de acuerdos de cooperación entre instituciones educativas y asociaciones de ajedrez.

Futuras líneas de investigación y desarrollo

El éxito del modelo ICARUS abre la puerta a nuevas investigaciones sobre el impacto del ajedrez en el desarrollo de las competencias socioemocionales. Plantea la posibilidad de:

- Explorar nuevas variantes de ajedrez, como el ajedrez cooperativo, para fomentar el trabajo en equipo.
- Integrar tecnologías digitales, como plataformas de ajedrez en línea, con módulos educativos y sistemas de autoevaluación.
- Aplicar metodologías activas, como el aprendizaje basado en problemas (ABP), para fomentar la resolución de situaciones reales a través del ajedrez.

Considerando la ampliación del programa a otros grupos vulnerables, el Manual de Autodesarrollo ICARUS no solo busca tener un impacto en las prisiones participantes, sino que aspira a convertirse en una referencia educativa a nivel europeo y mundial.

Así pues, en lo que respecta a la posible adaptación a otras áreas, ICARUS está perfectamente alineado con las prioridades y acciones horizontales de la UE en relación con los ámbitos de la educación escolar, la formación, la juventud y el deporte.

ICARUS implementa una metodología de formación para adultos que aplica el desarrollo de habilidades blandas e inteligencia emocional para promover competencias sociales y cívicas clave (LifeComp). Esta metodología es transversal a la educación primaria, secundaria, vocacional y universitaria, así como a la juventud. De este modo, más concretamente, nuestro proyecto puede generar sinergias en los siguientes ámbitos:

ESCUELA: La práctica del ajedrez en el entorno escolar ofrece múltiples aplicaciones para el desarrollo cognitivo de los estudiantes. El ajedrez ejerce la memoria al exigir a los jugadores que recuerden jugadas y estrategias, y estimula el pensamiento lógico y la toma de decisiones estratégicas, habilidades transferibles a diversas áreas académicas como las matemáticas y la comprensión lectora. También promueve la creatividad al animar a los jugadores a buscar soluciones innovadoras y la inteligencia emocional al enseñarles a gestionar la frustración ante la derrota y a perseverar. Por lo tanto, incorporar el ajedrez al currículo escolar puede enriquecer significativamente el desarrollo de habilidades cognitivas esenciales para el éxito académico y personal de los estudiantes.

- Aplicaciones terapéuticas para niños y adolescentes en riesgo de exclusión social, que abordan sus necesidades cognitivas, emocionales y sociales;
- Intervenciones para el TDAH y los problemas de conducta: El ajedrez puede mejorar la atención y el control de los impulsos.
- Programas de inclusión social: Facilitan la integración de jóvenes de diversos orígenes.

- Apoyar a las víctimas de traumas: Ofrece un enfoque en la estrategia y el control en un entorno seguro.
- Fomentar la resiliencia en entornos azotados por la pobreza: Desarrolla habilidades para superar los desafíos.

PERSONAS ANCIANAS CON DETERIORO COGNITIVO:

El ajedrez es una herramienta valiosa para el desarrollo cognitivo de las personas mayores, ya que ofrece una estimulación mental integral que puede ayudar a mantener la agudeza mental y la salud a medida que envejecen. La práctica regular de ajedrez ejercita la memoria al recordar reglas, jugadas y estrategias; fortalece la atención y la concentración al requerir un enfoque sostenido durante las partidas; y estimula el pensamiento lógico y la capacidad de resolución de problemas al analizar situaciones complejas y planificar jugadas. Además, fomenta la creatividad al buscar soluciones novedosas en el tablero y promueve la metacognición al reflexionar sobre las propias partidas para identificar errores y mejorar. Incluso las habilidades visoespaciales se benefician al visualizar jugadas y configuraciones del tablero.

ADULTOS CON ADICCIONES: Jugar al ajedrez puede ser de gran ayuda para los adultos que luchan contra la adicción, ya que proporciona una actividad mentalmente estimulante que puede desviar la atención de los impulsos adictivos y ocupar el tiempo de forma constructiva. La concentración y el enfoque necesarios para jugar pueden ayudar a mejorar la capacidad de atención y el autocontrol, habilidades que suelen verse afectadas por la adicción.

La sensación de logro y la mejora gradual en el juego también pueden aumentar la autoestima y la confianza en las propias capacidades, contrarrestando los sentimientos de inutilidad que suelen acompañar a la adicción. En terapia de grupo o programas de rehabilitación, el ajedrez puede facilitar la interacción social positiva y proporcionar un espacio para practicar habilidades sociales en un contexto seguro.

ADULTOS EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL: El ajedrez puede promover la inclusión social, proporcionar un espacio seguro para la interacción y desarrollar habilidades sociales y cognitivas que pueden aplicarse a la vida cotidiana. Esto incluye a jóvenes de barrios desfavorecidos, inmigrantes, personas sin hogar y personas privadas de libertad.

ADULTOS CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA) Y TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD (TDAH): El ajedrez puede mejorar la atención, la concentración, el control de los impulsos y la planificación.

proporcionar un entorno estructurado y predecible que puede resultar beneficioso para estas personas.

MIGRANTES Y REFUGIADOS. El ajedrez es una herramienta útil para la integración de los inmigrantes, ya que trasciende las barreras lingüísticas y culturales, ofreciendo un lenguaje universal de estrategia y lógica que facilita la interacción y crea lazos entre personas de diferentes orígenes. Participar en clubes o torneos de ajedrez proporciona un espacio seguro y neutral donde los inmigrantes pueden conectar con la comunidad local, compartir una actividad común y desarrollar vínculos sociales sin la presión de una comunicación verbal fluida inicial. El juego fomenta el respeto mutuo, la deportividad y la igualdad de oportunidades, creando un sentido de pertenencia y facilitando la adaptación a una nueva sociedad. Además, aprender y mejorar en el ajedrez puede aumentar la autoestima y la confianza, aspectos cruciales para la integración y el empoderamiento de los recién llegados.





Bibliografía

- Aebi, M. F., & Cocco, E. (2024). Prisons and prisoners in Europe 2023: Key findings of the SPACE I survey. University of Lausanne. [Ahrens, A., Zaščerinska, J. \(2014\). Students' Attitude to Interdisciplinary Research. Society, Integration, Education. Proceedings of the International Scientifical Conference. Volume I: Higher E](#)
- Ahrens, A., Castellani, A., Di Francesco, M. C., Zascerinska, J., Zascerinskis, M., Bikova, A., Abjalkiene, I., Gukovica, O., & Aleksejeva, L. (2024). Chess as an Educational Tool for Social Inclusion and Employment. Journal of Regional Economic and Social Development, 16, 8-20. [Ahrens, A., Zaščerinska, J. \(2014\). Students' Attitude to Interdisciplinary Research. Society, Integration, Education. Proceedings of the International Scientifical Conference. Volume I: Higher E](#)
- Ahrens, A., Zaščerinska, J. (2014). Students' Attitude to Interdisciplinary Research. Society, Integration, Education. Proceedings of the International Scientifical Conference. Volume I: Higher Education Institutions Pedagogy, School Pedagogy, Pre-School Pedagogy. May, 23th-24th, 2014, pp. 13-23. – Rēzekne: Rēzeknes Augstskolas Izdevniecība, 2014. – p 616. ISSN 1691-5887 ISBN 978-9984-44-140-5. Retrieved from [Ahrens, A., Zaščerinska, J. \(2014\). Students' Attitude to Interdisciplinary Research. Society, Integration, Education. Proceedings of the International Scientifical Conference. Volume I: Higher E.](#)
- Ahrens, A., Zascerinska, J., Bikova, A., Aleksejeva, L., Zascerinskis, M., Gukovica, O., & Abjalkiene, I. (2024). Chess Play as a Means Of Improving Inclusiveness of Disadvantaged Groups. Education. Innovation. Diversity, 1(8), 134 - 142. DOI: [Ahrens, A., Zaščerinska, J. \(2014\). Students' Attitude to Interdisciplinary Research. Society, Integration, Education. Proceedings of the International Scientifical Conference. Volume I: Higher E](#)
- Antonelli, F. y Salvini, A. (1982). Psicología del deporte. Ed. Miñón SA. Barcelona.
- Azuaga, M. Cuentos, jaques y leyendas. Editorial Renacimiento, 2021.
- Butorac, K., Gracin, D., & Stanić, N. (2017). The Challenges in Reducing Criminal Recidivism. Public Security and Public Order (18). [Ahrens, A., Zaščerinska, J. \(2014\). Students' Attitude to Interdisciplinary Research. Society, Integration, Education. Proceedings of the International Scientifical Conference. Volume I: Higher E](#)
- Cimatti, B. (2016). [Definition, development, assessment of soft skills and their role for the quality of organizations and enterprises. International Journal for Quality Research, 10\(1\), 97-130.](#)
- Consejo Superior de Deportes (2009). Estudios sobre Ciencias del Deporte. Serie de Investigación. Icd nº 39. Deporte y reinserción penitenciaria. Madrid. Librería del BOE.
- Council of Europe. (n.d.). Health in prisons: A WHO guide to the essentials in prison health. https://www.coe.int/T/DG3/Health/Prisonsreport_en.asp

- Curran, H. V. (1991). Benzodiazepines, memory and mood: A review. *Psychological Medicine*, 21(3), 633–652. <https://doi.org/10.1017/S0033291700022340>
- Čehlovs, M. (2008) Humanitarian Bases for the Personality Self-Determination of Senior Secondary School Students. Synopsis of Ph. D Thesis. University of Latvia
- Decety, J., & Jackson, P. L. (2004). The Functional Architecture of Human Empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3(2), 71–100.
- Deutsch, M. (2006). Cooperation and conflict: A personal perspective on the history of the social psychological study of conflict resolution. In M. Deutsch, P. T. Coleman, & E. C. Marcus (Eds.), *The Handbook of Conflict Resolution: Theory and Practice* (pp. 21–42). Jossey-Bass.
- Education Council and European Commission (2006) Modernising education and training: a vital contribution to prosperity and social cohesion in Europe joint interim 1. report of the council and of the commission on progress under the 'education & training 2010' work programme. Brussels: Education Council and European Commission.
- Eurydice (2002) Key competencies: A developing concept in general compulsory education. Brussels: Eurydice/European Commission.
- Facione, P. A. (2011). Critical Thinking: What It Is and Why It Counts. *Insight Assessment*.
- Farquharson, C., McNally, S. & Tahir, I. (2022). Education inequalities. *IFS Deaton Review of Inequalities*.
- Fazel, S., Yoon, I. A., & Hayes, A. J. (2017). Substance use disorders in prisoners: An updated systematic review and meta-regression analysis in recently incarcerated men and women. *Addiction*, 112(10), 1725–1739. [United Nations Office on Drugs and Crime /UN. \(2018\). Introductory Handbook on the Prevention of Recidivism and the Social Reintegration of Offenders. Criminal Justice Handbook Series. Vienn](#)
- Feerick, S. (2007) New Professional Roles and Key Competences for Teachers in Europe. 116th European Workshop Pestalozzi Programme Donaueschingen-DE 25-29th June 2007
- FIDE. (2022). Introducing "Chess for Freedom" in Latvia. Facebook. <https://www.facebook.com/ChessFIDE/posts/introducing-chess-for-freedom-in-latvia-since-2022-the-latvian-prison-administra/1664902597537504/>
- FIDE. (n.d.). Chess for Freedom project. International Chess Federation. <https://chessforfreedom.fide.com/>
- Foley, K., Farrell, M., Webster, R., & Walter, J. (2018). Reducing Recidivism and Increasing Opportunity: Benefits and Costs of the RecycleForce Enhanced Transitional Jobs Program. MDRC, MEF Associates.
- García, L. Ajedrez y ciencia, pasiones mezcladas. Drakontos, 2013.
- Gerhardt, S., Montero, J. A., et al. (2022) Effects of chess-based cognitive remediation training as therapy add-on in alcohol and tobacco use disorders.
- Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence. Bantam Books.

- Heckman, J. J., & Kautz, T. (2012). Hard Evidence on Soft Skills. NBER Working Paper No. 18121.
- Hill, A. (2015). Education Reduces Recidivism. EDUCATION, LAW AND POLICY | SPRING 2015.
- Hoskins, B. & Fredriksson, U. (2008). Learning to Learn: What is it and can it be measured? European Commission: Joint Research Centre Institute for the Protection and Security of the Citizen Centre for Research on Lifelong Learning (CRELL). DOI: 10.2788/83908
- Kaufman, M. & Kaufman S. (2013). Education Law, Policy and Practice: Cases and Materials (3d Edition Aspen 2013). Publisher: Wolters Kluwer Law & Business. ISBN 10: 1454825081 ISBN 13: 9781454825081
- Latessa, E.J., Johnson, S., & Koetzle, D. (2020). What Works (and Doesn't) in Reducing Recidivism (2nd ed.). Routledge.
- London, E. D. (2016). Impulsivity, stimulant abuse, and dopamine receptor signalling. In R. Schwarcz (Ed.), Advances in pharmacology (Vol. 76, pp. 67–84). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/bs.apha.2016.01.002>
- Lūka, I. (2008) Development of Students' ESP Competence and Educator's Professional Activity in Tertiary Level Tourism Studies. ATEE Spring University Conference Teacher of the 21st Century: Quality Education for Quality Teaching University of Latvia, May 2-3, 2008;
- Maslo, E. (2007) Transformative Learning Space for Life-Long Foreign Languages Learning. International Nordic-Baltic Region Conference of FIPLV Innovations in Language Teaching and Learning in the Multicultural Context 15-16th June, 2007, Riga, Latvia
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2008). Emotional Intelligence: New ability or eclectic traits? American Psychologist, 63(6), 503–517.
- Ministry of Justice of Latvia. (2023). Awards of the Ministry of Justice were presented to volunteers in correctional services. <https://www.tm.gov.lv/lv/jaunums/pasniegtieslietu-ministrijas-apbalvojumi-brivpratigadarba-veicejiem-korekcijas-dienestos>
- Montero, J. A. (2021). Chess in Spanish prisons. ChessBase. <https://en.chessbase.com/post/chess-in-spanish-prisons-2021>
- Novus (2025). Soft Skills e Reinserimento Sociale: esperienze educative nelle carceri europee. Report Erasmus+.
- OECD (2024). Social and Emotional Skills for Better Lives: Findings from the OECD Survey on Social and Emotional Skills 2023, OECD Publishing, Paris, xx.
- Oscar-Berman, M., & Marinković, K. (2007). Alcohol: Effects on neurobehavioral functions and the brain. Neuropsychology Review, 17(3), 239–257. <https://doi.org/10.1007/s11065-007-9038-6>
- Pena Barbeito, R. Ajedrez social y terapéutico: Una nueva mirada desde las ciencias sociales. Universidade da Coruña, 2021.

- Pérez Candelario, M., Montero, J. A. Ajedrez a tu alcance: de cero a cien años. Asociación Extremeña para el estudio del ajedrez, 2008.
- Pittaro, M. (2024). Using Soft Skills Training to Reduce Recidivism. American Military University Research Brief.
- Romanenko, Y.N., Stepanova, M. & Maksimenko, N. (2024). Soft skills: students and employers crave. Humanit Soc Sci Commun 11, 931 (2024).
- Rychen, D. S., & Salganik, L. H. (Eds.). (2003). Key Competencies for a Successful Life and a Well-Functioning Society. Hogrefe & Huber.
- Salas, E., Sims, D. E., & Burke, C. S. (2005). Is there a "Big Five" in Teamwork? Small Group Research, 36(5), 555–599.
- Spitzberg, B. H., & Cupach, W. R. (2011). Interpersonal Communication Competence. SAGE Publications.
- Trasciatti, M. (2017). How chess transformed the lives of prison inmates. ChessBase. [ddd](#)
- Trasciatti, M. (2019). Inside an Italian prison — first FIDE-rated classical tournament. ChessBase. [ddd](#)
- United Nations Office on Drugs and Crime /UN. (2018). Introductory Handbook on the Prevention of Recidivism and the Social Reintegration of Offenders. Criminal Justice Handbook Series. Vienna: United Nations.

- White, J. (2012). Education and Well-being. In Susan David, Ilona Boniwell, and Amanda Conley Ayers (Eds.), The Oxford Handbook of Happiness, Section 6: Positive Education Chapter 41: Education and well-being. Publisher: Oxford University Press.
- World Health Organisation. (2023). One third of people in prison in Europe suffer from mental health disorders.
- Zaščerinska, J. (2009). Role of Teacher in the Era of e-Learning. In: A. Ahrens & C. Lange (Ed.), First Asian Conference on e-Business and Telecommunications, pp. 73-81. Berlin: Mensch & Buch, Germany. ISBN: 978-3-86664-538-7.
- Žogla, I. (2007) Sociālais konstruktīvisms. Latvijas Universitātes Pedagoģijas un psiholoģijas fakultates „Augstskolu didaktika: mūsdienu teorija un prakse” kurga lekcija 2007. gada 12. Februārī
- Žogla, I. (2008) Didaktiska pētījuma būtība. Latvijas Universitātes Pedagoģijas un psiholoģijas fakultates Doktora studiju programmas lekcija 2008. gada 22. Maijā



Co-funded by
the European Union

*"Al final de la partida,
reyes y peones acaban
todos en la misma casilla".*

Proverbio italiano

Código del proyecto: 2023-1-IT02-KA220-ADU-000152409

