

PROPUESTA METODOLÓGICA PARA EXPLORAR INTERACCIÓN SUPERSRTICIÓN  
Y DESEMPEÑO EN DEPORTISTAS

Autores: Jaime Martín del Campo Ríos & . & Genesis Aranza Galindo S

RESUMEN

En la psicología se contempla que el comportamiento supersticioso permite al sujeto mantener una ilusión de control de una situación objetivamente incontrolable o sujeta a la incertidumbre, lo que les permite reducir su inseguridad, miedo y ansiedad ante las situaciones asociadas (Mieres, González, y González, 2012). El presente estudio retoma un enfoque metodológico inspirado en las investigaciones de Damish et.al (2010) y Martin del Campo Ríos (2015), con el fin de explorar la influencia del comportamiento supersticioso en individuos deportistas, como un efecto positivo en el rendimiento. Mediante el uso de la escala de Pensamientos Mágicos (EPM), validada en México, se planea poner en evaluación a jóvenes deportistas y estudiantes de la carrera de entrenamiento deportivo. Identificando con dicha escala los niveles de superstición y prácticas ritualistas que ejecutan antes y durante un juego decisivo (ej.: eliminación de una competencia). Rituales tales como movimientos previos, uso de amuletos o ejecución de rituales (ej.; el uso de una prenda “de la suerte”). Los resultados permitirán conformar dos grupos de participantes basquetbolistas en un experimento en donde se les permita a un grupo ejecutar o realizar su determinada conducta supersticiosa en comparación a un grupo al cual no se le permitirá ejecutarla previo a un tiro libre. Esto nos permite la posibilidad de explorar el cómo interviene la conducta supersticiosa en el desempeño de deporte, creando así una aportación a la psicología del deporte y la función de la superstición en la motivación del deportista.

**Palabras Claves:** Comportamiento, Superstición, Deporte, Desempeño.

## JUSTIFICACIÓN

El propósito de la presente propuesta de investigación es trasladar la metodología empleada en la investigación de creencia, en el desempeño de pruebas sencillas relacionadas a la memoria implícita (como por ejemplo, anagramas), a la psicología del deporte, principalmente en la presencia de comportamientos supersticiosos en dicha población. La creencia a la buena suerte o a aspectos supersticiosos, ha sido un tema que ha experimentado cambios a lo largo de distintas investigaciones, tales como la investigación de Liza Day y John Maltby (2003), donde mencionan que la creencia a la buena suerte, de manera psicológica crea un bienestar y optimismo, en los individuos, y también cabe de mencionar los experimentos realizados por Damish. et.al (2010), que de igual manera dieron resultados significativos en el rendimiento de individuo en la realización de tareas.

Con esta propuesta metodológica se trata de explorar cómo estas creencias afectan o benefician a los deportistas. Cabe de destacar que este tipo de conductas también llevan una influencia cultural, pero se puede destacar que de igual manera las conductas supersticiosas se pueden relacionar con el efecto placebo en el individuo supersticioso, como parte de los resultados encontrados por Michael Inzlicht, Ian McGregor, Jacob B. Hirsh, and Kyle Nash (2009) menciona que las prácticas religiosas proporciona un amortiguador contra la ansiedad, debido a la reducción del incremento neuronal de la incertidumbre y errores en la toma de decisiones. La propuesta metodológica trata de que, en base a las investigaciones pasadas sobre la superstición, se pueda llegar a comprobar la relación entre el comportamiento supersticioso y el desempeño deportivo.

## INTRODUCCION

En la psicología se contempla que el comportamiento supersticioso permite al sujeto mantener una ilusión de control de una situación objetivamente incontrolable, o sujeta a la incertidumbre, permitiéndoles reducir su inseguridad, miedo y ansiedad en dichas situaciones, desde el marco de la psicología evolutiva, propone una visión adaptativa de los comportamientos supersticiosos. Las intervenciones de la psicología ha sido de manera positiva una aportación hacia el área deportiva, según Buceta, Pérez-Llantada, Vallejo, y Del Pino, (2002) dentro de las aportaciones de la psicología al área del deporte se encuentran el potenciar las expectativas, el optimismo, motivación, autoeficacia autovaloración, autorregulación, tolerancia a la frustración y autocontrol, por solo citar algunos de los aspectos más relevantes. El presente estudio se basa en investigaciones que presentan evidencias de una mejoría en el desempeño en religiosos tras el uso de amuletos asociados con su respectiva religión como también una mejora de desempeño en participantes supersticiosos tras el uso de amuletos asociados a la buena suerte. Ellis (1994), menciona que las creencias en la suerte esta generalizada y catalogada dentro de la teoría irracional, asociado con la angustia emocional y cualquier posible ventaja psicológica que pudiera conferir fueron pasados por alto Se contempla que en área del deporte la creencia

supersticiosa o pensamientos irracionales, que en parte son de valor negativo, es decir, el individuo considera que depende de esa conducta u objeto para rendir en su desempeño.

## OBJETIVO

- identificación de los comportamientos supersticiosos/ religioso en basquetbolistas, y cómo esto influye en el desempeño de tiros libres

Y así creando nuevos caminos orientados específicamente a estructurar metas específicas de la investigación.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar la practica ritualista de los individuos
- Demostrar mediante la aplicación de un test y prueba experimental la existencia de la creencia supersticiosa en deportistas y como esta afecta en la eficiencia del tiro libre.
- Comparar los resultados de Martin del Campo Ríos, J. (2015), e identificar como interviene el comportamiento supersticioso en desempeño.

## PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN:

- ¿De qué manera influye el comportamiento supersticioso en el desempeño de deportistas?

## HIPOTESIS

- H1: Entre más comportamiento supersticioso/ religioso en deportistas, presentan mayor rendimiento
- H0: Entre más comportamiento supersticioso/ religioso en deportistas, no existe mayor rendimiento
- HA: El comportamiento supersticioso/ religioso, no tiene relación con el rendimiento en deportistas

## MARCO TEÓRICO

En la presente investigación se abordara, como el comportamiento supersticioso de los seres humanos es un tema de estudio para la comprensión de la capacidad del humano en el mejoramiento de actividades, en las cuales se requiera esfuerzo físico y/o mental, solamente utilizando amuletos o la realización de algún ritual específico, para que el individuo entre en un estado de control personal de la situación en que se ve envuelto, cabe de recalcar que estas prácticas como se puede relacionar con ciertas patologías mentales, también interviene el entorno cultural del practicante o sujeto.

Se define a la superstición como “El conjunto de creencias y practicas conductuales que han existido desde los comienzos de la humanidad y sigue muy presente en la actualidad.” (Mieres, Gonzalez, y Gonzalez, 2012, P.7 ), definiendolas como todas las practicas rituales que se ven embueltas con las creencia de los individuos practicantes de algún tipo de ideología, o utilización en algunos momentos de la vida de algún objeto u amuleto de suerte, como imágenes de representaciones divinas y es así como Helena García Mieres et. al en 2012 definen que:

Las supersticiones se encuentran altamente ligadas a la tradición popular de una sociedad concreta, siendo muy probable que al principio y como se ha mencionado, dichos fenómenos fuesen reforzados accidentalmente y luego se fuesen transmitiendo entre las sucesivas generaciones, no teniendo por qué volver a reproducirse dichas contingencias en un individuo para realizar comportamientos supersticiosos o tener ciertas creencias, estando sujetos pues a un aprendizaje de reglas. (P.7)

Así creando una idea o comportamiento reforzado que será transmitido sucesivamente a otros individuos, los cuales asimilen este comportamiento y lo tomen como una regla de comportamiento aceptable, y al no ser realizada correctamente exista un desequilibrio o desestabilización en el sujeto, Skinner (1948), menciona que las conductas supersticiosas tienen origen cuando existe un reforzamiento accidental de estas en un momento dado, así creando un juicio de contingencia en el individuo entre su conducta, aunque esta solo ocurra en una sola ocasión, en su vida.

Foster y Kokko en 2009 refieren que este comportamiento ha sido explicado en base a los principios de la selección natural, la adaptación de estas conductas en las especies animales. Viendo que el comportamiento supersticioso es también considerado en una visión desde de la biológica, un mecanismo de adaptabilidad a los comportamientos supersticiosos debido a la intervención del entorno también es notable en la adaptación mental de sujeto debido a la existencia de los estímulos desencadenadores, y es así como:

En la psicología se contempla que el comportamiento supersticioso permite al sujeto mantener una ilusión de control de una situación objetivamente incontrolable o sujeta a la incertidumbre, lo que les permite reducir su inseguridad, miedo y ansiedad ante las situaciones asociadas (como cito en Mieres, Gonzalez, y Gonzalez, 2012)

Beneficiando así un tipo de conducta de prevención de algunos acontecimientos que puedan crear un estado de ansiedad, temor irracional, entre otros al sujeto practicante. En relación con los rasgos de personalidad que pueden relacionarse con las supersticiones, no dejando de lado que aun estas pueden influir en afectaciones tanto de salud mental, físicas y/o de interacción social en el individuo con alguna conducta supersticiosa.

Las personas supersticiosas tienden a presentar correlatos con variables como el locus de control externo, baja autoestima, alta sugestionabilidad, la tendencia a la fantasía, el neuroticismo, la inestabilidad emocional, el desajuste psicológico o incluso el género, defendiendo algunos autores que el género femenino presenta mayor frecuencia de estos comportamientos; también se ha relacionado con el constructo de personalidad conocido como esquizotipia. Irwin (1993) (Como se citó en Mieres, Gonzalez, y Gonzalez, 2012)

Entre esos se puede mencionar el trastorno obsesivo compulsivo como un claro ejemplo de la realización de rituales en su vida cotidiana, estos para mantener un orden y un sentimiento de control de la situación, o los individuos creyentes del tarot o esoterismo<sup>1</sup> que buscan la intervención de un tercero o creencia de mal de ojo o maldiciones desastrosas

En el año 2010 Lysann Damish, Barbara Stoberock y Tomas Mussweiler, realizaron una serie de experimentos relacionados con la participación y practicas supersticiosas en sus rutinas diarias, realizando en su investigación 4 experimentos, en los cuales se trataba de describir 4 situaciones en que la superstición se veía involucrada en los participantes, tanto de manera cognitiva, como de manera conductual, estos experimentos dieron pie a hipotetizar que la superstición mejora el rendimiento en el individuo al desempeñar diversas tareas, como motoras y cognitivas.

En el 2014, Robert J. Calin-Jageman y Tracy L. Caldwell, realizaron una réplica sobre el estudio de Lysann Damish del 2010, titulado: Replication of the Superstition and Performance Study by Damisch, Stoberock, and Mussweiler (2010) (traducido en español: Replicación de la superstición y Estudio de Desempeño por Damisch, Stoberock y Mussweiler (2010)), en este caso se replicó el experimento sobre la pelota de Golf de la suerte. En el experimento 1 de Damish, los participantes 1, eran personas ajenas al juego de golf, en este fue diseñado con la finalidad de activación de la superstición. Damish encontró que el 80% de los participantes creían en la buena suerte, y así utilizando ese factor a su favor, al entregar las pelotas de golf, se les condiciono mencionando que la pelota entregada,

---

<sup>1</sup> Esoterismo: Término genérico usado para referirse al conjunto de conocimientos, enseñanzas, tradiciones, doctrinas, técnicas, prácticas o ritos de una corriente religiosa o filosófica, que son secretos, incomprensibles o de difícil acceso y que se transmiten únicamente a una minoría selecta denominada iniciados, por lo que no son conocidos por los profanos.

era una pelota que hasta el momento atraía suerte<sup>2</sup>, así utilizando la frase como la condición desencadenadora de la superstición, así demostrando que la superstición beneficiaba el rendimiento de los individuos, en este caso, al otorgarles “la pelota de la suerte”, se demostró más confianza y mejor rendimiento en el participante.

Retomando la réplica de Calin- Jegeman et.al (2014), realizaron una prueba previa para garantizar la efectividad de la réplica del experimento de Damish, preguntando: "¿Qué le dijo el investigador cuando le entregó la pelota de golf?<sup>3</sup>"; de igual manera se dividió a la muestra en dos, en grupo control y grupo experimental, llegando así, a que el grupo experimental presento mejor desempeño en la tarea (tiro de golf), en comparación al grupo control, dando como resultado que la activación de la superstición en estos individuos, beneficiaba al rendimiento de la tarea otorgada, cabe de recalcar que la tarea fue la misma para los dos grupos.

Existen varios estudios que han demostrado una correlación entre el uso de amuletos y una mejora de desempeño; Damisch et. al, 2010, reporta un efecto que beneficia la resolución de una tarea relacionada a la memoria implícita (anagrama) en un grupo de participantes a los cuales les fue removido un amuleto que usaban frecuentemente en su vida diaria. En otro experimento (Martin del Campo Ríos, 2015) cuya finalidad era explorar la relación entre conductas supersticiosas y religiosas y comprobar si se podría exhibir un efecto similar con participantes religiosos, se retomó el pasado experimento y se reportó ahora un efecto similar. Seleccionando un grupo de participantes con un alto índice de religiosidad, y que utilizaran algún tipo de amuleto religioso de manera cotidiana, como parte del criterio de selección, las personas que no utilizaran un amuleto eran descartadas para la participación del experimento. En este caso se utilizó la escala de Orientación religiosa, la versión I-E Escala universal, traducida al español, para la selección de la muestra, para después proseguir con la aplicación del anagrama, el cual contenía 7 letras. Al igual que los anteriores se mostraron hallazgos significativos que mostraban una correlación entre el uso de amuletos religiosos en participantes con alto índice de religiosidad y un mejor desempeño en la prueba

---

<sup>2</sup>Frase Original utilizada en la investigación de Damish et. al: “Here is your ball. So far it has turned out to be a lucky ball”

<sup>3</sup> Original Replica: “What did the researcher say to you as she handed you the golf ball?”

del anagrama, al ser comparados con un grupo de sujetos religiosos los cuales les fue removido su amuleto religioso previo al anagrama por resolver.

Esto nos hace pensar que, si existen antecedentes significativos en relación con la influencia de la superstición y creencias supersticiosas con el comportamiento de los individuos, dándoles confianza, o un sentimiento de control de la circunstancia, como anteriormente se mencionó. Este tipo de conductas o creencias, se le puede relacionar como el efecto placebo, el cual consiste en “la modificación, muchas veces fisiológicamente demostrable, que se produce en el organismo como resultado del estímulo psicológico inducido por la administración de una sustancia inerte, de un fármaco o de un tratamiento” (Díaz y Ramírez, 2014) , en relación al deporte este efecto placebo beneficia al rendimiento de los jugadores, al igual que la motivación y optimismo, como mencionaba Buceta, J. M., et.al en la psicología del deporte se contempla que la preparación psicológica pueden potenciarse expectativas, optimismo, motivación, autoeficacia, autoestima, autovaloración, autorregulación, tolerancia a la frustración y autocontrol, entre otros, los cuales incrementan el rendimiento deportivo significativamente.

## METODO

### 1.- DISEÑO Y PARTICIPANTES

La presente propuesta metodológica, se inspira en la metodología de investigaciones previamente mencionadas (Damisch, et. al, 2010 y Martín del Campo Ríos, J. 2015) donde hubo hallazgos significativos con relación al vínculo entre religión y superstición, mostrando un efecto en la realización de tareas (anteriormente utilización de Anagrama como tarea).

### 2.- PERFIL DE PARTICIPANTES

La selección de los participantes para la administración de las pruebas 1) Alumnos de instituciones en donde se estudie la carrera de Entrenamiento deportivo o jóvenes pertenecientes a grupos independientes de deporte. 2) los participantes del estudio tendrán que ser individuos que porten algún tipo de amuleto/ objeto, o realicen algún ritual u movimiento previo a tiro o lanzamiento (esto se destacara en la entrevista inicial, que se explicara mejor en el punto 3.1)

### 3.- MATERIALES

#### 3.1.-ENTREVISTA PREVIA

Para la selección de la muestra se realizará un previo encuentro con los participantes de manera individual, se les tomara datos personales y se les realizara la pregunta que descarta al participante para proseguir con la aplicación de escala y experimento.

#### 3.2 ESCALAS

El propósito de la escala de Pensamientos Mágicos, validada en México por José Moral de la Rubia en 2011, de la cual se tomó su versión de 24 reactivos, con 7 puntos de rango en escala Likert, tres en cada polaridad y uno intermedio, tomando el 1 como totalmente en desacuerdo y el 7 como totalmente de acuerdo, la mitad de los ítems se refieren a conformidad en respuestas racionales , y la otra mitad a respuestas irracionales o pensamiento mágico (supersticioso), los cuales se interpretan de la siguiente manera

- ✓ Patrón de respuesta Racional (3, 8, 9, 11, 12, 15, 17, 19, 20, 21, 22 y 23)
- ✓ Patrón de respuesta Irracional (1, 2, 4, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 16, 18 y 24).

Con anterioridad se llegó a concluir que la escala de pensamientos mágicos de 24 reactivos mostro una distribución asistemática positiva con tendencia a la normalidad, diferencias por escolaridad y clase social, asociación débil con confesión o religión, estabilidad a las dos semanas y validez criterial y divergente. (Moral de la Rubia, 2011). Se considerará principalmente que los participantes tengan niveles significativos en el patrón de respuestas irracionales, en la escala de pensamientos mágicos, para que sean parte del experimento de medición de la conducta.

#### 3.3.- MEDIDA DE LA CONDUCTA

Los participantes serán divididos en dos grupos, el grupo control conservando su amuleto o ejecutando su ritual previo a la tarea que ejecutarán y grupo experimental, el cual ejecutará la tarea sin realizar un movimiento o ritual previo, o removiendo el amuleto objeto de la suerte que posean. La medición de la conducta se prevé que sea a partir de tiros libre, basándonos en la metodología de David J. Foster , Daniel A. Weigand & Dean Baines (2006), en donde tomó a un grupo de 22 individuos basquetbolistas. En el experimento se contempló la práctica del comportamiento supersticioso y la similitud que esta tenía con la rutina previa a la actividad (“Pre-Performance Routine”).

El experimento consistió en cuatro aspectos claves para la creencia de la superstición, los cuales fueron: 1) Imaginar un tiro perfecto (promover que el individuo cree una ilusión de que encestará, o tendrá un tiro perfecto), 2) realizar tres rebotes previos al tiro: retomándolo de la investigación en esta metodología lo relacionaríamos con movimientos previos al tiro., 3) Una palabra clave (una palabra de positiva)

Señal de relajación

En este experimento realizado por Foster, D. J. Et.al. (2006) mostro significancia al eliminar la conducta supersticiosa en el grupo experimental. Con base a ese experimento, se espera que se encuentren medidas significativas en la medición de la conducta en deportistas.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los datos anteriores realizados por Martin del Campo Ríos (2015), en relación con su investigación, los participantes con la condición de amuleto presente desempeñaron significativamente mejor en el anagrama identificando más palabras ( $M = 34,25$ ,  $SD = 5,82$ ) que los participantes en la condición de “ausencia” ( $M = 27,99$ ,  $SD = 6,21$ ),  $t(38) = 3,85$ ,  $p < 0,01$ ,  $Cohen'sd = 3,86$ . los cuales estos resultados actúan como complemento del hallazgo de Damisch et. al (2010) estableciendo un vínculo entre la religión y la superstición, y sus efectos en el desempeño de tareas de memoria implícita (ej.; anagrama).

Por el momento los resultados de la investigación están en proceso, se realizó un pilotaje previo para comprobar la efectividad del uso de la escala de pensamientos mágicos, como instrumento filtro para el experimento a realizar, el cual de igual manera está en construcción. Se espera que la realización del experimento llegue a tener resultados significativos sobre el vínculo entre la superstición y efectos de comportamiento en deportistas, al igual que factores relacionados con el efecto placebo en la psicología del deporte.

## Bibliografía

- Buceta, J. M., Pérez-Llantada, M. C., Vallejo, M., & Del Pino, M. D. (2002). Intervención psicológica con corredores de maratón: características y valoración del programa aplicado en el maratón de Madrid. *Revista Psicología del Deporte*, 11(1), 83-109.
- Calin-Jegeman, R. J., & Caldwell, T. L. (2014). Replication of the Superstition and Performance Study by Damish, Stoberock, and Mussweiler (2010). *Social Psychology*, 45(3), 239 - 245. doi:DOI: 10.1027/1864-9335/a000190
- Damisch, L., Stoberock, B., & Mussweiler, T. (2010). Keep your fingers crossed! How superstition improves performance. *Psychological Science*, 21(7), 1014-1020.
- Díaz, R. M., & Ramírez, P. H. (2014). El placebo y el efecto placebo. *Revista Cubana de Hematol, Inmunol y Hemoter*, 30(3), 214-222. doi:ISSN 0864-0289
- Díaz-Vilela, L., & Álvarez-González, C. (2004). Differences in paranormal beliefs across fields of study from a Spanish adaptation of Tobacyk's RPBS. *Journal of Parapsychology*, 68(2).
- Ellis, A. (1994). Reason and Emotion in Psychotherapy. NY: Birch Lane Press.
- Foster, D. J., Weigand, D. A., & Baines, D. (2006). The Effect of Removing Superstitious Behavior and Introducing a Pre- Performance Routine on Basketball Free- Throw Performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 168- 170 .
- LARQUIN-CASTILLO, M., GONZÁLEZ-PADRÓN, Á., & RODRÍGUEZ-MARTÍN, B. C. (2015). Intervenciones Placebo Para Incrementar el Rendimiento Deportivo: un Tema Revisitado. *Revista Colombiana de Psicología*, 85-97. doi:ISSN: 0121-5469
- Mieres, H. G., González, N. G., & González, A. F. (26 de Junio de 2012). LA MEDICIÓN DE LA SUPERSTICIÓN Y SU RELACIÓN CON EL LOCUS DE CONTROL. *Revista de Investigación y Divulgación en Psicología y Logopedia*, 2(1), 7. doi:ISSN 2174-7571
- Moral de la Rubia, J. (2010). ESCALA DE PENSAMIENTO MÁGICO (EPM): I. ESTRUCTURA FACTORIAL, CONSISTENCIA INTERNA Y VALIDEZ DE CONTENIDO. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 15(1), 41-57. doi:ISSN: 0185-1594
- Moral de la Rubia, J. (2011). ESCALA DE PENSAMIENTO MÁGICO (EPM): II. DISTRIBUCIÓN, DIFERENCIAS DEMOGRÁFICAS, ESTABILIDAD Y VALIDEZ. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16(2), 245-261. doi:0185-1594
- Ragusa, G. C. (2017). *Supersticiones, Mal de Ojo y Buena Suerte: Comparacion Entre Jovenes y Ancianos ( Tesis Doctoral)*. Universidad de Extremadura , Departamento de Didactica Expresion Musical, Plastica y Corporal , España.
- Rios, J. M. (2015). RELIGION AND SUPERSTITION THROUGH A COGNITIVE PERSPECTIVE: EXAMINING THE RELATIONSHIP OF RELIGIOUS AND SUPERSTITIOUS BELIEFS TO COGNITIVE PROCESSES. UNIVERSITY OF LEICESTER, the Faculty of Medicine and Biological Science .
- Tobacyk, J. J. (1988). *A revised Paranormal Belief Scale*. Louisiana Tech University , Rushton, L.A.

