

COSTES Y BENEFICIOS PSICOLÓGICOS DE LA CONDUCTA SUPERSTICIOSA

Trabajo Fin de Grado de Psicología

Laura Fátima Afonso Dávila

Tutorizado por José Miguel Díaz Gómez

Curso Académico 2022-23

Resumen

La superstición es universal a todas las culturas alrededor del mundo, sin embargo, su mediatización ha incrementado considerablemente en los últimos años. Es por ello por lo que en el presente estudio se va a realizar una búsqueda exhaustiva de la literatura de los últimos trece años, que pudieran darnos información sobre el aprendizaje y las consecuencias de las conductas supersticiosas, así como su impacto en el bienestar psicológico en la población adulta. Se realizó una revisión sistemática en la que se estudió la literatura obtenida a través del buscador de la BVS, desde el 2010 hasta el 2013. De los 50 resultados encontrados, se seleccionaron 8 artículos definitivos y, utilizando el modelo de la declaración PRISMA, se obtuvo que la superstición no está relacionada con el sexo biológico o la situación educativa o laboral. Lo que sí se refleja es que el tipo de creencia supersticiosa activada, consistente con la Paranormal Belief Scale (PBS), influye en que se lleve a cabo la acción o no, siendo este el factor que contribuye al bienestar psicológico. Aunque, independientemente del subtipo, el tener una predisposición a la superstición supone un riesgo de rasgos y diagnósticos de psicopatología.

Palabras clave: Conducta supersticiosa, Pensamiento mágico, Creencias supersticiosas, Bienestar psicológico.

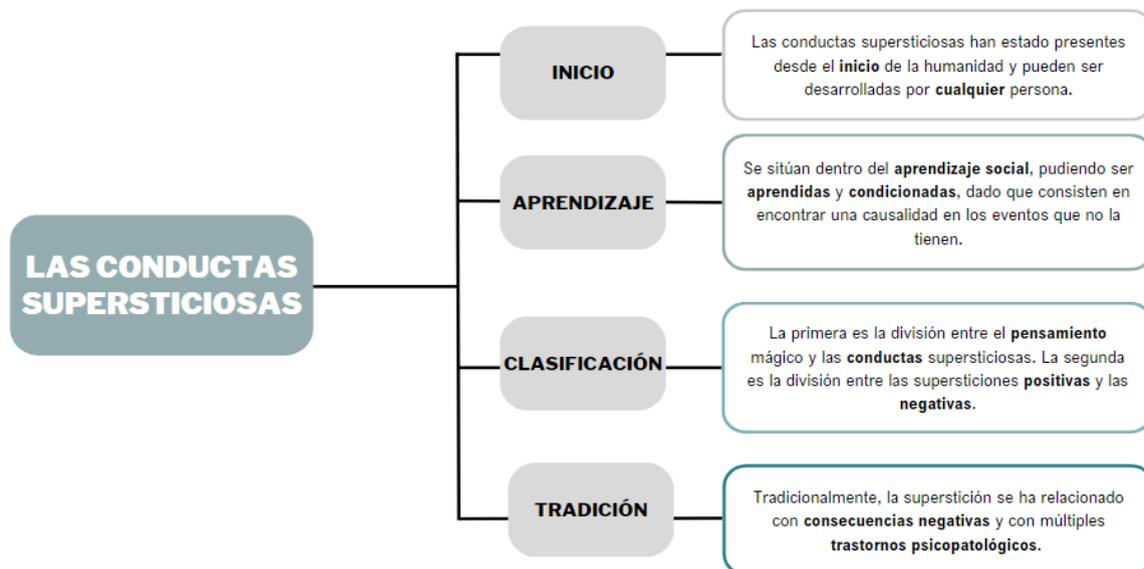
ABSTRACT

Superstition is universal to all cultures around the world, however, its mediatization has increased considerably in recent years. That is why in the present study an exhaustive search of the literature of the last thirteen years will be carried out, which could give us information about the learning and consequences of superstitious behaviors, as well as their impact on the psychological well-being of the adult population. A systematic review was carried out in which the literature obtained through the VHL search engine from 2010 to 2013 was studied. Of the 50 results found, 8 definitive articles were selected and using the PRISMA statement model, it was obtained that superstition is not related to biological sex or educational or employment status. What the results do reflect is that the type of superstitious belief activated, consistent with the Paranormal Belief Scale (PBS), which influences whether the action is carried out, this being the factor that contributes to psychological well-being. Although, regardless of subtype, having a predisposition to superstition poses a risk for traits and diagnoses of psychopathology.

Keywords: Superstitious behavior, Magical thinking, Superstitious beliefs, Psychological well-being.

INTRODUCCIÓN

Figura 1. Resumen del marco teórico.



A pesar de que la superstición ha estado presente durante toda la historia de la humanidad, en los últimos años se ha podido observar un crecimiento de las creencias supersticiosas que se creían olvidadas, así como su consecuente mediatización. Son plataformas como Tiktok, Facebook o Twitter las que están colaborando en un incremento de las tendencias de pensamiento mágico (Miller, 2022). Tal fenómeno merece atención; y es el hecho por el que a lo largo de la trayectoria de la psicología se ha convertido en un tema frecuente y controvertido de investigación, pues parece ir en contra de la naturaleza científica de la psicología como disciplina, aun cuando influye en el día a día de las personas.

Sin embargo, todas estas creencias no son espurias, pueden ser aprendidas y por ello, son comunes a todas las culturas (Damisch et al., 2010). Así pues, este estudio va a estar centrado en la rama más social de este aprendizaje, quedando encuadrado por la teoría del aprendizaje social, que tiene por clave principal que los tipos de reforzamiento que ha experimentado un individuo en el pasado determinan cómo actuará en una situación dada (Gluck et al., 2008). Por ello, a razón del aprendizaje, da lugar a que si una persona imita las acciones que ha visto en otros, y

estas dan resultados positivos, se incrementa la probabilidad de que esa conducta se repita en el futuro para poder evitar consecuencias indeseables.

De este refuerzo conductual la autora ya era consciente, pero a partir de aquí surge la curiosidad: ¿por qué aparecen en la mente de los seres humanos? Las creencias supersticiosas son irracionales y suelen hacer referencia a relaciones causales inverosímiles. Por esta razón, las supersticiones constituyen un rompecabezas permanente para los investigadores cognitivos, ya que las personas suelen ser sensibles a la causalidad en su entorno. Aunque esta no puede experimentarse directamente, sus efectos pueden observarse en forma de las contingencias que se experimentan entre las causas y los efectos candidatos. Sin embargo, las creencias supersticiosas parecen demostrar una importante excepción a esta regla porque invocan relaciones causales para las que no existe ninguna contingencia observable: La probabilidad del resultado es la misma con o sin la acción realizada (Griffiths et al., 2019).

La realidad es que se producen en determinadas situaciones en las que esta suposición errónea de una relación causa-efecto genera un curso de acción repetido en el comportamiento de la persona (Foster & Kokko, 2009, como se citó en Dömötör et al., 2016). Así, se ha demostrado que las personas tienen más probabilidades de desarrollar supersticiones cuando experimentan sentimientos de incertidumbre, estrés psicológico o niveles de control percibido bajos (Keinan, 1994; Malinowski, 1954; Whitson y Galinsky, 2008, como se citó en Damisch et al., 2010).

De esta manera, la superstición se puede experimentar basándonos en dos formas cognitivas relacionadas, que fueron las que iniciaron y dieron paso en el camino de este TFG, ¿hay alguna que sea beneficiosa para el bienestar de las personas que las desarrollan?, ¿cuáles son sus diferencias a nivel psicológico? Se va a proceder a explicar ambas.

La primera rama vendría a referenciar el *pensamiento* mágico o “magical thinking”, que es un término general que incluye las experiencias paranormales, la ideación mística o las experiencias anómalas. Las creencias mágicas más habituales son los sueños precognitivos (o premonitorios), el contacto con los muertos o las creencias astrológicas. En conjunto, el pensamiento mágico puede ser conceptualizado como

pensamiento desviado, que normalmente no distorsiona la realidad de forma psicótica, sino que representa un malestar psiquiátrico leve (Saarinen et al., 2022).

La segunda se refiere a las *conductas*, que engloban tanto las cogniciones o creencias, como sus manifestaciones motoras. Así, Jahoda en el 1969 ya tenía la visión de que una conducta supersticiosa es el resultado de la creencia de que nuestro destino está en las manos de un ente no conocido cuyas fuerzas no pueden ser controladas por uno mismo (como se citó en Dömötör et al., 2016). En adultos, estas son el resultado del aprendizaje de una fuente autoritaria (de confianza), como los padres, los amigos o los medios de comunicación (Berger, 2012; Emme, 1940; Lindström & Olsson, 2015, como citado en Dömötör et al., 2016).

No obstante, si ambas están relacionadas con consecuencias negativas y con una inherente falta de control, ¿por qué se han desarrollado y mantenido a lo largo del tiempo? En el transcurso de los años, se ha confirmado que en los seres humanos es posible condicionar las conductas supersticiosas. De esta manera, sumándose al aprendizaje a través de modelos, se incluye el condicionamiento casual cuando las personas establecen un falso vínculo entre dos sucesos que ocurren al mismo tiempo, pero que no están relacionados (Hamerman y Johar, 2013; Skinner, 1948, como citado en Dömötör et al., 2016). Sin embargo, también podemos relacionar esta conducta con las expectativas y las creencias previas de los sujetos, que podrían ser la razón por la que muchas de las personas no llegan a desarrollar dichas conductas supersticiosas. Lo que será explicado con mayor detalle más adelante en este trabajo.

Todo ello en mente, tradicionalmente en la literatura, estas *creencias* se pueden clasificar en dos grandes grupos, que están basadas en la subescala actualizada de la Paranormal Belief Scale (PBS), como se citó en el estudio de Kingdon et al. (2012):

- *Las supersticiones positivas*, como por ejemplo llevar un amuleto para atraer la buena suerte, tocar madera o cruzar los dedos, que reflejan un deseo de atraer la buena suerte o, al menos, evitar la mala.
- *Las supersticiones negativas*, como por ejemplo, los gatos negros traen mala suerte, rompes un espejo, tendrás mala suerte; y, el número "13" da mala suerte. Todos estos ítems reflejan el hecho de que algunos comportamientos

o presagios están mágicamente asociados con una mala fortuna o consecuencias dañinas.

De esta manera, y siguiendo las vertientes anteriormente mencionadas, implica que se clasifiquen según el tipo de *creencia supersticiosa activada* y es la distinción que se va a seguir a lo largo del estudio: las creencias supersticiosas negativas suelen quedarse en *pensamientos*, son inhibitorias o evitativas, que hacen que se rehúya de ciertos objetos o acciones y que las creencias supersticiosas positivas sean llevadas a la acción, es decir, produzcan *conductas* motivadas por la recompensa que supone tener buena suerte.

Por otra parte, el hecho de que se pueda relacionar las conductas supersticiosas con algún tipo de conocimiento previo no implica necesariamente que las personas que desarrollan supersticiones sean menos inteligentes que los escépticos. Las supersticiones no se limitan a ningún tipo de persona concreta, puede ser porque están relacionadas con “conductas de seguridad” las cuales pretenden reducir la ansiedad (D. M. Clark, 2001; Salkovskis, 1996; Salkovskis, Clark, Hackmann, Wells, & Gelder, 1999, como se citó en Knoll et al., 2019). Desde nuestro punto de vista, puede estar relacionado con los factores individuales (como los de predisposición a la ansiedad) y el hecho de que, como se mencionó anteriormente, la superstición pueda llegar a ser condicionada.

Todas estas explicaciones y clasificaciones están centradas en los antecedentes que nos llevan a aprender, activar y ejecutar la superstición. Pero, en marcado contraste, se sabe poco sobre las consecuencias de las mismas. Aunque las supersticiones suelen considerarse creaciones inconsecuentes de mentes irracionales, es posible que el esfuerzo extra invertido en la ejecución de supersticiones se convierta en una ventaja. Se ha demostrado que la creencia en la buena suerte está relacionada con conceptos asociados a la autoeficacia, como el optimismo, la esperanza y la confianza (Darke & Freedman, 1997; Day & Maltby, 2003, 2005, como se citó en Damisch et al., 2010).

Tradicionalmente, en el ámbito de la psicología se han considerado tanto las creencias supersticiosas como el pensamiento mágico como factores determinantes de múltiples trastornos psicológicos, entre ellos, la esquizofrenia, el trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) o la ansiedad (Saarinen et al., 2022, Knoll et al., 2019).

Sin embargo, estas perspectivas no están tan incorporadas en las visiones actuales de la psicopatología (Cangas, 2015) y es lo que se considera relevante en este TFG. La presente revisión sistemática se va a centrar en una puesta en común de los conocimientos adquiridos a lo largo de los cuatro años en el grado de Psicología, así como de los obtenidos de una búsqueda exhaustiva de la literatura de los últimos trece años. Todo con la finalidad de poder responder a la siguiente pregunta: ¿en la población adulta, qué efectos (o consecuentes) genera desarrollar conductas supersticiosas en el bienestar psicológico?

METODOLOGÍA

Para poder responder a la pregunta de investigación, se ha realizado una revisión sistemática en la que, para la búsqueda de información, se ha hecho uso de una única base de datos, el Portal Regional de la BVS, dado que integra dentro de su página varios portales de búsqueda en un único navegador. Se consultó por primera vez la búsqueda establecida el día 12 de abril de 2023 y se consultó de nuevo y por última vez el 28 de abril de 2023. Lo que se planteaba con este estudio era obtener un análisis coste-beneficio de las conductas supersticiosas, o lo que es lo mismo, los consecuentes en el bienestar psicológico de las mismas. Esta es la temática que guiará la metodología que se ha empleado y que permitirá ampliar las visiones actuales de la superstición y su rol en la psicopatología.

Para obtener los artículos que nos sirvan de referencia para el estudio, se seleccionaron los artículos que se centraran en los últimos trece años, es decir, del 2010 hasta el 2023. Se decidió en este rango de años para que la investigación fuera lo más actual posible, pero manteniendo un abanico amplio y preciso de opciones en las que basarse. En cuanto al idioma, se incluyeron en la búsqueda aquellos que estuvieran en español o en inglés. Así se buscaron artículos que hablaran de la relación entre la *superstición* y el *bienestar psicológico*. Estos fueron los criterios de inclusión de la búsqueda. De la misma, fueron excluidos los artículos relacionados con niños o adolescentes y todos los relativos a animales, todos los que no estuvieran fuera del intervalo temporal seleccionado o fueran publicados en

otros idiomas diferentes, así como los que no correspondieran al campo de la psicología.

De esta manera, después de una revisión inicial de la literatura, se definieron una serie de criterios que serían utilizados para especificar la información de la búsqueda, así como sus sinónimos, dado que en inglés los términos superstición y bienestar pueden estar escritas de varias formas y se usan de forma intercambiable con otras palabras. Finalmente, los términos fueron: ("superstiti*" o "superstitions" o "superstitious behaviour" o "superstitious behaviour" o "supersticios*" o "superstitious ritual" o "ritualistic behaviour" o "magical thinking" o "superstiti* thinking") y ("well-being" o "wellbeing" o "benefits" o "effects" o "increase" o "decrease") y ("adults") y ("mental" OR "psychological" OR "health").

En esta navegación inicial se obtuvo un total de 50 artículos. Los criterios de exclusión que se aplicaron tras ella fueron:

- Artículos cuya muestra fueran niños, adolescentes o animales, aún habiéndolos excluido.
- Artículos que no fueran de libre acceso.
- Documentos centrados en áreas de la salud que no mencionan su relación con la superstición (como por ejemplo la enfermería o la medicina).
- Aquellos que no incluyeran ninguno de los términos de búsqueda ni en el título ni en el abstract (incluían sinónimos que no eran relevantes al tema de estudio, como por ejemplo las creencias pseudocientíficas).
- Artículos centrados en las creencias o comportamientos religiosos.
- No centrados en el bienestar psicológico o en su defecto físico por causas psicológicas.
- Investigaciones sobre la veracidad de las supersticiones.

El número de artículos descartados por título y resumen, contando con los criterios de inclusión y de exclusión anteriormente mencionados, fue de 44, quedando de este modo 6 artículos que serían incluidos. Este filtrado se realizó en tablas de cribado cuyos apartados fueron: título, año de publicación, abstract, participantes, metodología, resultados, primera decisión según el título, segunda decisión según el abstract y razón de rechazo. No hubo ningún artículo duplicado, por lo que no se tuvo que eliminar ninguno.

Además, para poder completar la información sobre las conductas supersticiosas y sus beneficios y para compensar posibles sesgos, se ejecutó una navegación en la misma plataforma, pero consultando la etiqueta de “superstitions/psychology”, a la que se le aplicó los mismos filtros que a la búsqueda inicial, para que no fueran demasiado genéricos. De esta búsqueda se eligieron dos artículos que cumplieran con los criterios de inclusión y que no cumplieran ninguno de los criterios de exclusión.

Para poder encontrar estos artículos y que sus conclusiones fueran lo menos sesgadas posible, se acude al modelo de declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Se incluye a continuación las Figuras 2 y 3, que ilustran este proceso de búsqueda y selección de los artículos especificados.

Figura 2. Diagrama de procedimiento de la revisión sistemática PRISMA.

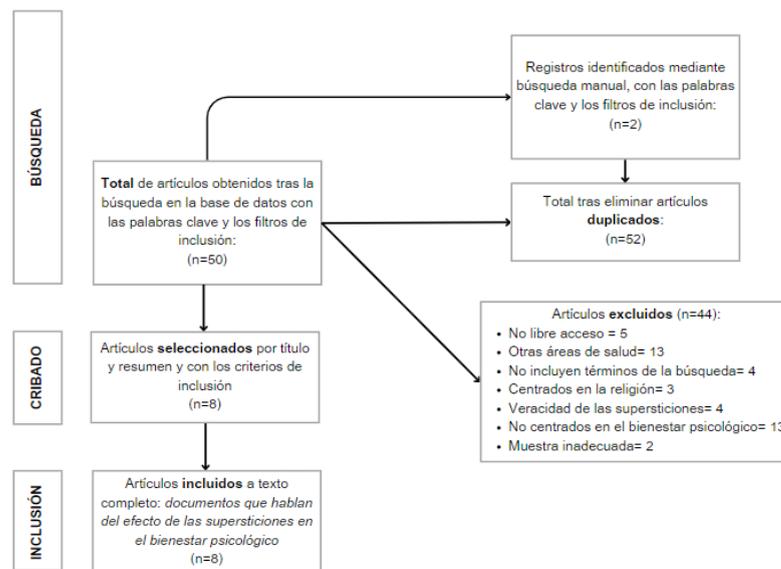
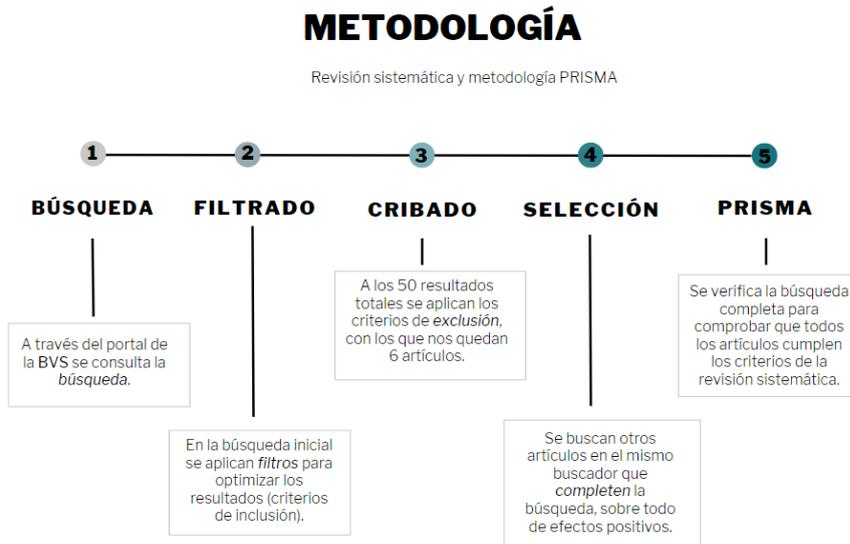


Figura 3. Diagrama de las fases secuenciales de la metodología aplicada.



A continuación, se van a presentar los datos generales de los artículos seleccionados tras el cribado, atendiendo a los criterios que se consideraron adecuados para organizar y sintetizar la información de cada uno de los documentos obtenidos, teniendo en cuenta la clasificación con la que se cuenta en la Introducción. Así, la Tabla 1 va a recoger: el título y los autores, los participantes, el objetivo de la investigación, el subtipo de superstición medido y el trastorno o psicopatología relacionada.

Tabla 1. Características principales de los artículos incluidos en la revisión sistemática.

| Título | Autores | Participantes | Objetivos | Tipo de superstición | Trastorno relacionado |
|---|------------------------|-------------------------------|--|---|--|
| Magical thinking in individuals with high polygenic risk for schizophrenia but no non-affective psychoses-a general population study. | Saarinzen et al., 2022 | 1292 (H=57.4%, M=42.8%) | Conocer si los individuos que tienen alto riesgo de desarrollar esquizofrenia están predispuestos a desarrollar formas leves de pensamiento mágico. | Pensamiento mágico y aceptación espiritual | Esquizofrenia |
| Belief in conspiracy theories: The predictive role of schizotypy, Machiavellianism, and primary psychopathy. | March, 2019 | 230 (H=44.7%, M=55.3%) | Explorar la utilidad del subtipo creencias extrañas/pensamiento mágico de la esquizotipia, el maquiavelismo, el narcisismo grandioso, el narcisismo vulnerable, la psicopatía primaria y la psicopatía secundaria para predecir la creencia en teorías conspirativas.para minimizar los negativos resultados | Creencias en teorías conspiratorias y pensamiento mágico. | Esquizotipia, maquiavelismo, trastorno narcisista y psicopatía primaria. |

sociales.

| | | | | | |
|--|-----------------|---|---|---|--|
| Development and Initial Test of the Safety Behaviors in Test Anxiety Questionnaire: Superstitious Behavior, Reassurance Seeking, Test Anxiety, and Test Performance. | Knoll, 2019 | 3 muestras: una de 24 participantes, otra de 301 y otra de 151. | Identificar las dimensiones del comportamiento de seguridad relevantes para la ansiedad ante los exámenes, desarrollar un cuestionario para evaluar esas dimensiones y examinar la validez de ese cuestionario. | Conductas supersticiosas. | Ansiedad |
| Superstition predicts perception of illusory control. | Griffiths, 2019 | 160 (H= 36.3%, M=63.8%) | Intentar comprender mejor los mecanismos cognitivos detrás de la superstición. | Creencias supersticiosas. | Depresión, ansiedad y estrés. |
| Paranormal believers are more prone to illusory agency detection than skeptics. | Michiel, 2013 | 67 (H=28.4%, M=71.6%) | En el presente estudio se utilizó una tarea de percepción de movimiento biológico para estudiar la detección de agencia ilusoria en un grupo de escépticos y un grupo de creyentes en lo paranormal. | Creencias paranormales (espiritualismo y supersticiones). | No patología, relacionado con baja sensibilidad perceptiva y detección de agencia ilusoria |

| | | | | | |
|---|----------------------|---|--|----------------------------------|--|
| <p>The Illusory Beliefs Inventory: a new measure of magical thinking and its relationship with obsessive compulsive disorder.</p> | <p>Kingdon, 2012</p> | <p>1194 (H=39%, M=61%)</p> | <p>Para abordar las limitaciones de las medidas existentes del pensamiento mágico.</p> | <p>Pensamiento mágico.</p> | <p>Trastorno obsesivo compulsivo y síntomas de trastorno por acumulación compulsiva.</p> |
| <p>Superstitious behavior in sport: A literature review.</p> | <p>Dömötör, 2016</p> | <p>No hay participantes. Revisión de la literatura.</p> | <p>Desvelar el estado actual de los conocimientos sobre la superstición en el deporte.</p> | <p>Conductas supersticiosas.</p> | <p>No trastorno: factores de la personalidad y rendimiento.</p> |
| <p>Keep your fingers crossed!: how superstition improves performance.</p> | <p>Damisch, 2010</p> | <p>28 (H=42.9%, M= 57.1%)</p> | <p>Demostrar las ventajas de las supersticiones para el rendimiento e identificando sus mecanismos psicológicos subyacentes.</p> | <p>Superstición en general.</p> | <p>No trastorno: rendimiento y autoeficacia.</p> |

En lo que se refiere a estos artículos, a pesar de que difieran en tipos de superstición, se ha intentado cubrir todos los tipos de supersticiones, tanto cognitivas (como el pensamiento mágico o las creencias supersticiosas), como conductuales. En cuanto a los tipos de estudios, se dio preferencia a aquellos que fueran cuantitativos, descriptivos-correlacionales y con una muestra lo suficientemente representativa, menos en el caso de un artículo que utiliza una metodología de revisión de la literatura. La mayoría de los estudios que se revisaron relacionaban las supersticiones con algún tipo de patología, para poder determinar las relaciones actuales de la superstición con la psicopatología, siendo las más prominentes: esquizofrenia, psicoticismo, ansiedad, depresión y el trastorno obsesivo-compulsivo. Igualmente, los dos últimos artículos fueron seleccionados a mano, tras verificar que cumplieran con los requisitos de la investigación.

RESULTADOS

Tras todo este proceso, de la revisión sistemática forman parte un total de 8 investigaciones de las 50 inicialmente encontradas, todo tras haber aplicado los criterios de inclusión y exclusión y de seguir el método PRISMA para garantizar la calidad de la información seleccionada. La muestra está conformada por un total de 3.352 participantes, cuya media de edad es de 24.25 años. Se cree importante destacar que el porcentaje de participantes masculinos es de 55.23% y el de participantes femeninos es de 44.77%, dado que tradicionalmente se ha atribuido las supersticiones en mayor proporción a las mujeres.

La población está compuesta por finlandeses, australianos, norteamericanos, británicos, neerlandeses, escandinavos y alemanes. El 62.5 % de los estudios eran sobre estudiantes universitarios, el resto de los participantes (37.5%) tenían situaciones laborales diferentes, incluyendo un estudio con atletas profesionales. Los estudios con población que tiene predisposición a la superstición, considerada como trastornos previos o que viven en sociedades que promueven la superstición, son el 25%, aquellos que no la tienen constituyen el 50% y hay un único estudio con participantes tanto con predisposición como sin ella (25%). De esta manera se ha podido tomar muestra de todos los ámbitos de la población.

En lo que se refiere al propósito, en esta investigación se intenta proporcionar una respuesta al efecto que tienen las supersticiones en el bienestar psicológico. Para ello, se ha diferenciado por los tipos de factor cognitivo que investiga cada artículo, para que puedan estar relacionados con las concepciones clásicas de la literatura. Como se puede observar en la Tabla 1 se agrupó: pensamiento mágico, aceptación espiritual, creencias en teorías conspiratorias y creencias paranormales en un único factor, *pensamiento o las creencias*, las más investigadas con un 62.5%, seguidas de las *conductas supersticiosas* con un 25% y con un único artículo que menciona el carácter general de la superstición o ambas: 12.5%. Las conclusiones o consecuencias de cada artículo se han dividido en negativas: 62.5%, positivas: 12.5% y neutrales (o que comentan tanto aspectos positivos como negativos): 25%.

A continuación se va a proceder a describir brevemente las publicaciones seleccionadas, en el orden en el que aparecen en la búsqueda:

El primer artículo se titula *Magical thinking in individuals with high polygenic risk for schizophrenia but no non-affective psychoses-a general population study*. En esta investigación (Saarinen et al., 2022) se estudia si los individuos, que tienen un alto riesgo genético de esquizofrenia, pero que no tienen diagnosticados trastornos psicóticos no afectivos, están predispuestos a desarrollar formas más leves de pensamiento mágico.

A conclusiones similares se llega en el segundo artículo: *Belief in conspiracy theories: The predictive role of schizotypy, Machiavellianism, and primary psychopathy* (March, 2019). En este también se estudia el pensamiento pero en forma de teorías conspiratorias para poder encontrar sus predictores.

En el tercer artículo: *Development and Initial Test of the Safety Behaviors in Test Anxiety Questionnaire: Superstitious Behavior, Reassurance Seeking, Test Anxiety, and Test Performance*, se investiga y crea un cuestionario para examinar la ansiedad. Las conclusiones de (Knoll, 2019) son negativas: determinan que la escala de comportamientos supersticiosos parece estar fuertemente asociada con una dimensión de desadaptación general inespecífica y a conductas asociadas a otros trastornos de ansiedad como el trastorno obsesivo-compulsivo.

En *Superstition predicts perception of illusory control*, Griffiths (2019) pretenden estudiar el mecanismo cognitivo que produce estas supersticiones. Sus conclusiones

son relativamente neutrales. Por ello, puede interpretarse como positivo o negativo dependiendo de la persona y sus circunstancias.

En el quinto artículo, titulado *Paranormal believers are more prone to illusory agency detection than skeptics*, se utilizó una tarea de percepción biológica del movimiento para estudiar la detección de agencias ilusorias en un grupo de escépticos y otro de creyentes en lo paranormal. Estas agencias ilusorias, o también llamadas sesgo de correlación ilusoria, suponen en los resultados de Michiel (2013) conclusiones negativas.

Igualmente, *The Illusory Beliefs Inventory: a new measure of magical thinking and its relationship with obsessive compulsive disorder* (Kingdon, 2012), encuentra resultados negativos en cuanto a los pensamientos supersticiosos, concluyendo que se confirma que estos pensamientos mágicos están relacionados con el trastorno obsesivo-compulsivo.

En cuanto a las conductas, en el artículo *Superstitious behavior in sport: A literature review*, Dömötör (2016) hace una revisión de la literatura enfocada en el deporte, examina las conductas supersticiosas. Este llega a conclusiones relativamente neutrales, similares a los artículos de Griffiths et al. (2019).

Por último, el único artículo que encuentra conclusiones positivas es *Keep your fingers crossed!: how superstition improves performance*. Damisch et al. (2010) demuestran que la activación de una superstición positiva mejora el rendimiento al aumentar la creencia de las personas en su capacidad para dominar una tarea.

Todos estos resultados se ven reflejados en la Tabla 2, en la que se clasifican los ocho artículos de acuerdo a el tipo de factor cognitivo estudiado y la conclusión a la que se llega en el artículo. Además, en la Tabla 3, se agrupan las conclusiones a las que llegan los artículos en base del tipo de factor cognitivo para poder discutir las en el apartado a continuación.

Tabla 2. *Tabla resumen de clasificación de los artículos.*

| Título | Tipo de factor cognitivo | Conclusión |
|--|---------------------------------|-------------------|
| Magical thinking in individuals with high polygenic risk for schizophrenia but no non-affective psychoses-a general population study. | Pensamiento/creencias | Negativa |
| Belief in conspiracy theories: The predictive role of schizotypy, Machiavellianism, and primary psychopathy. | Pensamiento/creencias | Negativa |
| Development and Initial Test of the Safety Behaviors in Test Anxiety Questionnaire: Superstitious Behavior, Reassurance Seeking, Test Anxiety, and Test Performance. | Conductas | Negativa |
| Superstition predicts perception of illusory control. | Pensamiento/creencias | Neutral |
| Paranormal believers are more prone to illusory agency detection than skeptics. | Pensamiento/creencias | Negativa |
| The Illusory Beliefs Inventory: a new measure of magical thinking and its relationship with obsessive compulsive disorder. | Pensamiento/creencias | Negativa |
| Superstitious behavior in sport: A literature review. | Conductas | Neutral |
| Keep your fingers crossed!: how superstition improves performance. | Ambas | Positivo |

Tabla 3. Tabla resumen de las conclusiones

| Componentes | Estudiado en | Consecuencias negativas | Consecuencias positivas | Consecuencias neutrales |
|--|--|--|---|--|
| Pensamientos/creencias (componente cognitivo). | Diversas situaciones laborales entre las que se encuentran personas de clase media, estudiantes... | <ol style="list-style-type: none"> 1. Relacionado con la Psicosis. 2. Relacionado con esquizofrenia. 3. Relacionado con TOC. 4. De manera general, relacionado con déficits, patrones de pensamiento y conductas desadaptativas. | No estudiado a no ser que vayan de la mano con las conductas. | Dependiente de factores individuales o contextuales, específicamente relacionados con la ilusión de control y su magnitud percibida. |
| Conductas (componente conductual). | Universitarios y atletas. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Relacionado con condiciones de ansiedad como el TOC. | Relacionado positivamente con el rendimiento y la autoeficacia. | Dependiente de factores individuales o contextuales. |

DISCUSIÓN

Figura 4: Mapa conceptual de la superstición.



La superstición está presente en nuestro día a día, por ello, domina el interés de la psicología y de la cultura popular. Es imposible imaginar la civilización actual sin todos aquellos rituales y creencias que nos han traído hasta aquí. Sin embargo, la superstición parece actuar de manera contraria a la ciencia, pero aunque este comportamiento humano sea irracional, no implica que debamos olvidarnos de la influencia de este complejo, diverso y cambiante sistema de creencias, así como el peso que tiene su asimilación en el bienestar psicológico de la población general. En esta revisión se pretende aportar una comprensión mayor de los efectos de los patrones de pensamiento y de las conductas derivadas de los mismos (ver figura 4).

Tras la exposición de los resultados encontrados en los ocho artículos de la búsqueda, la primera cuestión a la que se cree relevante aludir es al aprendizaje, dado que varios de los artículos que forman parte de esta revisión exploran el rol del aprendizaje en las conductas o en el pensamiento supersticioso. Estos son los más relacionados con las consecuencias “neutrales” frente al bienestar psicológico. Los

resultados de Griffiths et al. (2019) confluyeron en que es la *creencia* en una propiedad causal lo que define la superstición, por tanto, se puede aprender a base de refuerzos, pero no son suficientes para condicionar la conducta. Estas creencias implica que las personas que tienden a la superstición corren un mayor riesgo de experimentar una ilusión de control errónea, así como un sesgo en la acción (intervenir con demasiada frecuencia) y también un sesgo en la interpretación (sobrestimar la causalidad).

En la misma línea, el estudio de Dömötör et al. (2016) encuentra que los comportamientos supersticiosos pueden ser aprendidos o condicionados con el fin de aumentar las probabilidades de obtener el resultado deseado en situaciones de incertidumbre y para regular el estado de ánimo subjetivo de ansiedad, confianza, control, etc., lo cual contribuye a la creación de una zona de confort psicológico en una competición deportiva, pero su efecto es dependiente de factores como el efecto placebo o el rendimiento. Los resultados de este estudio también sugieren que las creencias supersticiosas, inducidas experimentalmente, pueden ser cualitativamente diferentes de las supersticiones ya adoptadas, aprendidas y/o condicionadas. Lo que nos lleva a pensar que aquellas supersticiones aprendidas a través de un modelo de autoridad son diferentes, y que no todas son adquiridas a través de otras personas, como son indicaban Berger, 2012; Emme, 1940; Lindström & Olsson, 2015 (como citado en Dömötör et al., 2016).

Ambos artículos pueden ser interpretados como positivos o negativos dependiendo de la tarea que se tenga a la mano o la predisposición de la persona. Pero, la mayoría de los artículos incluidos (62.5%) afirman el hecho de que desarrollar conductas o pensamientos supersticiosos tiene consecuencias negativas en el bienestar psicológico y lo relacionan con dimensiones desadaptativas de los mecanismos de defensa para lidiar con la realidad, también relacionadas con condiciones asociadas con la ansiedad, como puede ser el trastorno obsesivo-compulsivo. Este es el caso de los artículos de los autores Saarinen et al. (2022), Knoll (2019) o Kingdon et al. (2012), que coinciden con las ideas tradicionales de la superstición que se mencionan en la introducción al trabajo.

Además, March (2019) encuentra que las personas supersticiosas pueden tener patrones inusuales de pensamiento y cognición, ser estratégicos y manipuladores, y mostrar déficits interpersonales y afectivos. De la misma manera, Michiel (2013),

demuestra que los individuos con tendencias supersticiosas tenían una sensibilidad perceptiva menor que los escépticos. También tienen un sesgo de respuesta más fuerte en algunas condiciones, lo que los hace propensos a detectar agencia cuando no la hay, confirmando la falta de fundamento de la superstición.

Comparando estos efectos con los resultados obtenidos en la única publicación con conclusiones totalmente positivas, que fue escogida a mano dada la ausencia de artículos que determinaran los beneficios de la superstición, Damisch et al. (2010) detectan dos puntos importantes. El primero, un efecto causal de una superstición asociada a la buena suerte que influye en el rendimiento posterior. Los participantes en los que se activó una superstición, rindieron mejor en varias tareas motoras y cognitivas en comparación con los participantes en los que no se activó dicho concepto. El segundo, en el que se demostró que estos efectos de mejora del rendimiento están mediados por un aumento del nivel percibido de autoeficacia. La activación de una superstición de buena suerte mejora el rendimiento al aumentar la creencia de las personas en su capacidad para dominar una tarea.

Los resultados de este trabajo tienen un ámbito en común que podría explicar el porqué de unos resultados tan diferenciados: el tipo de creencia supersticiosa activada. En el caso de los artículos con conclusiones negativas, las supersticiones que se estudiaron fueron, en su mayoría, el subtipo de *creencias negativas*. Estas, a su vez, están relacionadas con el *pensamiento* en todos los casos, salvo en caso de Griffiths et al. (2019), cuyos resultados pueden interpretarse como positivos o negativos dependiendo de la persona y la tarea que realiza. El hecho que se confirma es que este grupo es el que está más fuertemente relacionado con condiciones y diagnósticos psicológicos como la psicosis, la esquizofrenia, el TOC y las conductas desadaptativas.

En cuanto a los artículos relacionados con las *conductas*, no resultan tan definidos. El artículo que obtiene resultados negativos (Knoll et al., 2019) encuentra, como ya se ha mencionado anteriormente, una relación con síntomas de trastornos relacionados con la ansiedad como el trastorno obsesivo-compulsivo, sin embargo, añaden en su interpretación de los resultados otra escala aparte de la de Comportamientos Supersticiosos, la Escala de búsqueda de seguridad. Teniendo en cuenta esta escala, no se puede asegurar que los resultados sean solamente explicados por la conducta supersticiosa, sino por la combinación de esta con una

búsqueda de alivio inmediato. Asimismo, el artículo de Dömötör et al. (2016) también obtiene resultados que pueden depender de la persona y, sobre todo, de factores contextuales.

Lo que sí queda claro es que el único artículo que estudia ambos y tiene por conclusión un desenlace positivo, activa las *creencias positivas* y además, aunque estudien tanto los pensamientos como las conductas, los experimentos están más centrados en estas últimas. Los resultados de este estudio son consistentes con los encontrados por Buhrmann and Zaugg (1981), como se citó en Damisch et al. (2010), los equipos y jugadores superiores muestran más comportamientos supersticiosos.

De igual modo, todo lo anterior coincide con lo propuesto por Wiseman & Watt (2004), el efecto psicológico de las supersticiones varía según el subtipo ante el que nos encontremos, produciendo las negativas un mal ajuste, que incluye baja autoeficacia, alto rasgo de ansiedad, creencias irracionales, un locus de control externo, ideación mágica, psicopatología y experiencias disociativas entre otras.

También, se cree pertinente mencionar que a lo largo de los artículos no se encontraron diferencias significativas mencionadas entre ambos sexos en cuanto a superstición, lo cual difiere de hallazgos anteriores, como por ejemplo en el caso de Ward and King (2020), que han demostrado que las mujeres mostraban más creencias mágicas y manifestaciones conductuales de dichas creencias que los hombres o en el caso de Wiseman & Watt (2004), como citado en Dömötör et al. (2016), que igualmente prueban que hay una diferencia de género en el comportamiento supersticioso, tendiendo a ser las mujeres quienes más lo muestran. Tampoco se concluye que únicamente sean las personas con menor educación las que desarrollen conductas supersticiosas, es más, el 62.5% de los artículos investigan a universitarios o personas con estudios superiores. No se pueden hacer otras afirmaciones sobre la edad, dada la relativa poca edad de la media de los participantes (24.25 años).

A pesar de estos resultados, se cree conveniente mencionar una serie de limitaciones que ha presentado esta revisión sistemática a lo largo del proceso, como es el caso de que en los artículos en inglés se utilicen los términos comportamiento y pensamiento de manera intercambiable, lo que produjo un sesgo

hacia los artículos dirigidos al pensamiento. Por esa razón se determinó elegir a mano las publicaciones que fueran más orientadas al ámbito conductual. También se puede tomar en cuenta que la mitad de los artículos estudiaron a personas que ya presentaban alguna predisposición o riesgo de psicopatología, por lo que pueden, por ende, sesgar la muestra hacia resultados negativos. De igual manera, la muestra está compuesta únicamente por poblaciones occidentales, lo que puede afectar a la generalización de los resultados.

CONCLUSIONES

En definitiva, y para dar respuesta a la pregunta planteada al inicio de este trabajo, se puede concluir que el subtipo de creencia supersticiosa activada, es la que media que se lleve cabo la acción o no, que es lo que influye en el bienestar psicológico de acuerdo a lo propuesto por Wiseman & Watt (2004) citado en varios de los artículos incluidos en la búsqueda, como por ejemplo Dömötör et al. (2016), Damisch et al. (2010) o Michiel (2013). Aunque, independientemente del subtipo, los resultados resaltan que el tener una predisposición a la superstición supone un riesgo alto de mostrar rasgos y diagnósticos de psicopatología, así como un desajuste psicológico general, de acuerdo a lo sugerido en la literatura y en la introducción por Saarinen et al. (2022).

Los resultados de los artículos incluidos en la búsqueda también comunican una preferencia por las *conductas*, ya que estas ofrecen resultados más positivos que los pensamientos, pudiendo ser una de las posibles explicaciones el hecho de que las conductas llevan a la acción, en lugar de plagar los pensamientos de la persona, haciendo que se puedan desarrollar patrones de pensamiento y cognición inusuales, de acuerdo a los resultados de March (2019).

No se observa que la superstición esté relacionada con el sexo biológico o la situación educativa o laboral, difiriendo de los resultados previamente encontrados en la literatura, como es el caso de Ward and King (2020) en el caso del género; lo que nos ha hecho percatarnos de un hueco en la literatura, que queda en manos de futuras investigaciones, demostrar si se relaciona con tipo de cultura o la edad.

La realización de esta revisión sistemática ha permitido agrupar las consecuencias tanto de las conductas como de los pensamientos supersticiosos, ganando por mayoría aquellos artículos que avalan el hecho de que desarrollarlos tiene un resultado negativo en el bienestar. Sin embargo, suelen entrar en juego las diferencias individuales, así como varios factores externos o ambientales, explicados, por ejemplo, en el artículo de Dömötör et al. (2016).

Todo ello plantea una necesidad en el futuro de explorar la superstición como una entidad independiente de la religión y separada de las creencias, que tenga en cuenta la variabilidad de los individuos estudiados. A pesar de que los pensamientos sean muy importantes, llevan a confusión con un amplio grupo de pensamientos mágicos, lo cual es una de las limitaciones de este estudio dado que un gran número de los artículos quedaban descartados por su proximidad a la religión. En definitiva, estas particularidades son lo que convierte a la superstición en un ámbito tan interesante de estudiar pero tan complejo de entender.

REFERENCIAS

Berger, A. S. (2012). The evil eye – an ancient superstition. *Journal of Religion and Health*, 51, 1098–1103.

Cangas, A. J. (2015). The Role of Superstition in Psychopathology. Ual-es. https://www.academia.edu/3737238/The_Role_of_Superstition_in_Psychopathology

Clark, D. M. (2001). A cognitive perspective on social phobia. In W. R. Crozier & L. E. Alden (Eds.), *International handbook of social anxiety: Concepts, research, and interventions relating to the self and shyness* (pp. 405-430). New York, NY: Guilford Press.

- Damisch, L., Stoberock, B., & Mussweiler, T. (2010). Keep your fingers crossed!: how superstition improves performance. *Psychol Sci*;21(7): 1014-20, 2010 Jul. | MEDLINE. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-20511389>
- Darke, P.R., & Freedman, J.L. (1997). Lucky events and beliefs in luck: Paradoxical effects on confidence and risk-taking. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 378–388.
- Day, L., & Maltby, J. (2003). Belief in good luck and psychological well-being: The mediating role of optimism and irrational beliefs. *The Journal of Psychology*, 137, 99–110.
- Day, L., & Maltby, J. (2005). “With good luck”: Belief in good luck and cognitive planning. *Personality and Individual Differences*, 39, 1217–1226.
- Dömötör, Z., Ruíz-Barquín, R., & Szabo, A. (2016). Superstitious behavior in sport: A literature review. *Scand J Psychol*;57(4): 368-82, 2016 Aug. | MEDLINE. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-27373872>
- Emme, E. E. (1940). Modification and origin of certain beliefs in superstition among 96 college students. *The Journal of Psychology*, 10, 279–291.
- Foster, K. R. & Kokko, H. (2009). The evolution of superstitious and superstition-like behaviour. *Proceedings of the Royal Society of London B: Biological Sciences*, 276, 31–37.
- Griffiths, O., Shehabi, N., Murphy, R. A., & Le-Pelley. (2019). Superstition predicts perception of illusory control. *Br J Psychol*;110(3): 499-518, 2019 Aug. | MEDLINE. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-30144046>
- Gluck, M. A., Mercado, E., & Myers, C. E. (2008). *Aprendizaje y memoria: del cerebro al comportamiento*. McGraw Hill. <https://bibliotecaiztapalapauin.files.wordpress.com/2018/07/aprendizaje-memoria.pdf>

- Hamerman, E. J. & Johar, G. V. (2013). Conditioned superstition: Desire for control and consumer brand preferences. *Journal of Consumer Research*, 40, 428–443.
- Jahoda, G. (1969). *The psychology of superstition*. London: The Penguin Press.
- Keinan, G. (1994). Effects of stress and tolerance of ambiguity on magical thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 48–55.
- Kingdon, B. L., Egan, S. J., & Rees, C. S. (2012). The Illusory Beliefs Inventory: a new measure of magical thinking and its relationship with obsessive compulsive disorder. *Behav Cogn Psychother*;40(1): 39-53, 2012 Jan. | MEDLINE. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-21729346>
- Knoll, R. W., Valentiner, D. P., & Holzman, J. B. (2019). Development and Initial Test of the Safety Behaviors in Test Anxiety Questionnaire: Superstitious Behavior, Reassurance Seeking, Test Anxiety, and Test Performance. *Assessment*;26(2): 271-280, 2019 03. | MEDLINE. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-28033716>
- Lindström, B. & Olsson, A. (2015). Mechanisms of social avoidance learning can explain the emergence of adaptive and arbitrary behavioral traditions in humans. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144, 688–703.
- Malinowski, B. (1954). *Magic, science and religion and other essays*. Garden City, NY: Doubleday.
- March, E. (2019). Belief in conspiracy theories: The predictive role of schizotypy, Machiavellianism, and primary psychopathy. *PLoS One*;14(12): E0225964, 2019. | MEDLINE. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-31794581>

- Michiel, V. E. (2013). Paranormal believers are more prone to illusory agency detection than skeptics. *Conscious Cogn*;22(3): 1041-6, 2013 Sep. | MEDLINE. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-23933505>
- Miller, C. (2022). How Modern Witches Enchant TikTok: Intersections of Digital, Consumer, and Material Culture(s) on #WitchTok. *Religions*, 13(2), 118. <https://doi.org/10.3390/rel13020118>
- Saarinen, A., Lyytikäinen, L., Hietala, J., Dobewall, H., Lavonius, V., Raitakari, O. T., Kähönen, M., Sormunen, E., Lehtimäki, T., & Keltikangas-Järvinen, L. (2022). Magical thinking in individuals with high polygenic risk for schizophrenia but no non-affective psychoses—a general population study. *Molecular Psychiatry*, 27(8), 3286–3293. <https://doi.org/10.1038/s41380-022-01581-z>
- Salkovskis, P. M. (1996). The cognitive approach to anxiety: Threat beliefs, safety-seeking behavior and the special case of health anxiety and obsessions. In P. M. Salkovskis (Ed.), *Frontiers of cognitive therapy* (pp. 48-74). New York, NY: Guilford Press.
- Salkovskis, P. M., Clark, D. M., Hackmann, A., Wells, A., & Gelder, M. G. (1999). An experimental investigation of the role of safety-seeking behaviours in the maintenance of panic disorder with agoraphobia. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 559-574. doi:10.1016/S0005-7967(98)00153-3
- Skinner, B. (1948). Superstition in the pigeon. *Journal of Experimental Psychology*, 38, 168–172.
- Ward, S., & King, L. A. (2020). Examining the roles of intuition and gender in magical beliefs. *Journal of Research in Personality*, 86, 103956. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2020.103956>
- Whitson, J.A., & Galinsky, A.D. (2008). Lacking control increases illusory pattern perception. *Science*, 322, 115–117.

Wiseman, R., & Watt, C. (2004). Measuring superstitious belief: why lucky charms matter. *Personality and Individual Differences*, 37(8), 1533–1541.
<https://doi.org/10.1016/j.pai>