

Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό

Τόμος 14 (3), 74 - 86

Δημοσιεύτηκε: Σεπτέμβριος 2016



Inquiries in Sport & Physical Education

Volume 14 (3), 74 - 86

Released: September 2016

www.pe.uth.gr/emag

ISSN 1790-3041



Superstitious beliefs in sport

Athina Lappa & Georgios Doganis

Department of Physical Education and Sports Sciences, Aristotle University of Thessaloniki, Hellas

Abstract

Superstitious beliefs in sport are defined as formal, repeated, successive actions which are characterized by athletic performance level. Athletes adopt such beliefs because they consider them an internal force enabling them to control luck and other external factors affecting their performance (Bleak & Frederick, 1998). The aim of this review is to record the aspects related to the use of these superstitious beliefs in sport as well as the factors that contribute to their development and preservation according to international literature references. Stress and locus of control were proved to be of major importance on the utilization of superstitious beliefs. Nevertheless, considerable differences were detected regarding to gender, kind of sport and athletes' competition level. Finally, suggestions are made about future research including further and more thorough investigation of this phenomenon.

Key words: *superstitious beliefs, sports*

Αθηνά Λάππα & Γεώργιος Δογάνης

ΤΕΦΑΑ, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο

Περίληψη

Οι μεταφυσικές πεποιθήσεις στον αθλητισμό έχουν οριστεί ως δράσεις επαναλαμβανόμενες, επίσημες, διαδοχικές που διακρίνονται από τεχνικές επιδόσεις. Οι αθλητές πιστεύουν σε αυτές καθώς θεωρούν ότι ασκούν μια ισχυρή δύναμη προκειμένου να ελέγξουν τον παράγοντα τύχη όπως και άλλους εξωτερικούς παράγοντες που επηρεάζουν την απόδοσή τους (Bleak & Frederick, 1998). Η παρούσα ανασκόπηση προβαίνει σε καταγραφή των ευρημάτων από τη διεθνή βιβλιογραφία αναφορικά με την χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων στον αθλητισμό καθώς και των παραγόντων εκείνων που συντελούν στην ύπαρξη και τη συντήρησή τους. Ο έλεγχος και το άγχος βρέθηκαν ως δυο βασικοί παράγοντες που επηρεάζουν τη χρήση των μεταφυσικών πεποιθήσεων. Διαφορές, επίσης, εντοπίστηκαν και ως προς το φύλο, το άθλημα και την αγωνιστική θέση του αθλητή. Τέλος, κατατίθενται προτάσεις για μελλοντική έρευνα, για περαιτέρω όσο και πιο διεξοδική μελέτη του φαινομένου.

Λέξεις κλειδιά: *μεταφυσικές πεποιθήσεις, αθλητισμός*

Εισαγωγή

Η μελέτη της ψυχολογίας των μεταφυσικών πεποιθήσεων έχει τραβήξει το ενδιαφέρον των ερευνητών από τα τέλη της δεκαετίας του '70 (Irwin, 1993; 2004). Σύμφωνα με τους Zusne και Jones (1989), οι μεταφυσικές πεποιθήσεις ορίζονται ως σκέψεις, λόγια ή ενέργειες με τις οποίες δύνανται να επιτευχθούν συγκεκριμένα φυσικά αποτελέσματα, κατά τρόπο ωστόσο, που δεν διέπονται από τις συνήθεις αρχές διαβίβασης ενέργειας ή πληροφορίας. Ο Broad (1953), ορίζει τις μεταφυσικές πεποιθήσεις ως φαινόμενα, τα οποία -αν είναι πραγματικά- τότε αντιτίθενται στις βασικές αρχές της επιστήμης. Σε αυτά τα φαινόμενα ανήκουν προλήψεις, (π.χ. η αντίληψη ότι οι μαύρες γάτες και οι σπασμένοι καθρέφτες μπορούν να φέρουν γρουσουζιά), προγνώσεις (π.χ. μαντική, αστρολογία), όπως και άλλα «μαγικά» φαινόμενα (π.χ. μετακίνηση αντικειμένων με τη δύναμη του νου).

Αναρίθμητα, εξάλλου, είναι τα παραδείγματα της καθημερινότητας τα οποία αποδεικνύουν την ανάγκη των ανθρώπων να πιστεύουν σε μεταφυσικά φαινόμενα. Διόλου λίγοι δεν είναι αυτοί που θεωρούν ότι η Παρασκευή και 13 είναι μια ημέρα επικίνδυνη και καθόλου τυχερή. Η μελέτη των Lewis και Callagher (2001), που διεξήχθη σε 881 φοιτητές κοινωνιολογίας, έδειξε ότι το 31% των φοιτητών προτιμούν να μην εξεταστούν σε κάποιο μάθημα Παρασκευή και 13. Ακολούθως, η έρευνα των Reid, Hannon, Lau, Lee, McConey και Soong (2003), αναφέρει ότι το 15% των ασθενών αρνούνται να πάρουν εξιτήριο από το νοσοκομείο την Κυριακή καθώς δεν θεωρείται τυχερή ημέρα. Οι Abercrombie, Baker, Brett και Foster, (1970), υποστηρίζουν, μετά τη μελέτη τους που έγινε στο Λονδίνο, ότι ο μεγαλύτερος αριθμός των ερωτηθέντων ισχυρίστηκε ότι ένιωθε άβολα αν δεν κατάφερε να ακολουθήσει τις μεταφυσικές πεποιθήσεις του σε στιγμές που θεωρείτο απαραίτητο. Για παράδειγμα, οι άνθρωποι συνήθως νιώθουν ανήσυχoi, όταν χάσουν το γούρι τους ειδικά σε αγχώδεις και επικίνδυνες καταστάσεις στις οποίες πρέπει να αποδώσουν (Bleak & Frederick, 1998; Womack, 1992).

Ο χώρος του αθλητισμού είναι ένα από τα πιο χαρακτηριστικά παραδείγματα όπου ολόένα και περισσότεροι αθλητές καταφεύγουν σε μεταφυσικές πεποιθήσεις. Ο υψηλός ανταγωνισμός, η αβεβαιότητα και η ανάγκη για μέγιστη επίδοση καθιστούν ένα περιβάλλον απαιτητικό που όμως "αναγκάζει" τους συμμετέχοντες να καταφύγουν σε εξωτερικά μέσα για να το ελέγξουν, όπως π.χ. χρήση τυχερών αντικειμένων- γούρια (Bleak & Frederick, 1998). Ο πασιγνώστος αθλητής Michael Jordan συνήθιζε να φοράει κάτω από το σορτσάκι της ομάδας του το τυχερό γι αυτόν North Carolina μπλε σορτσάκι. Η έρευνα των Bleak και Frederick (1998), η οποία έλαβε χώρα σε αθλητικές ομάδες του πανεπιστημίου Southern Utah, υποστηρίζει ότι το 44% των αθλητών φορούν κάποιο τυχερό ρούχο ή κάποιο γούρι την ημέρα των αγώνων. Το ίδιο ισχύει για τους αθλητές του ποδοσφαίρου σε ποσοστό 41%.

Άλλο είδος μεταφυσικών πεποιθήσεων, μετά από δημοσκόπηση που έγινε στις Η.Π.Α., αποτελούν η πίστη στο Διάβολο (σε ποσοστό πάνω από το 50%), η ύπαρξη εξω-αισθητηριακής αντίληψης- extra sensory perception (49%), η πίστη στην ύπαρξη φαντασμάτων-μάντιουμ-αστρολογία (25%) (Gallup & Newport, 1991). Τέλος, το γεγονός ότι κρατά κάποιος πάνω του κάποιο τυχερό αντικείμενο, χτυπά ξύλο ή να σταυρώνει τα δάχτυλα του, φαίνεται να ενισχύουν την πίστη των ανθρώπων ότι τα παραπάνω μόνο θετικά μπορούν να επιδράσουν στην εξέλιξη των πραγμάτων (Taylor, 1989).

Παράγοντες που επηρεάζουν τη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων

Οι θεωρητικές ερμηνείες που έχουν δοθεί, σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφική ανασκόπηση, φαίνεται να βασίζονται σε έναν αριθμό παραγόντων που επηρεάζουν σημαντικά τη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων. Ειδικότερα, ο Togler (2007), υποστηρίζει την άμεση συσχέτιση της ηλικίας με τη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων. Οι νεότεροι σε ηλικία ενήλικες φαίνεται να είναι πιο ευάλωτοι στη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων, σε σχέση με τους μεγαλύτερους και πιο έμπειρους ανθρώπους. Αυτό πιθανότατα να οφείλεται στην αβεβαιότητα που νιώθουν για το μέλλον όσο και στην έλλειψη ελέγχου. Οι μεταφυσικές πεποιθήσεις χρησιμεύουν στους νέους προκειμένου να ξεπεράσουν τα επίπεδα άγχους, ανασφάλειας και αβεβαιότητας (Malinowski 1927; 1948). Αυτοί φαίνεται να είναι και οι πιο επιρρεπείς στη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων, καθώς, όπως υποστηρίζεται, ψάχνουν για το νόημα της ζωής τους σε μια διαρκώς αναπτυσσόμενη κοινωνία (Ben-Yehuda, 1985; MacDonald, 1995).

Το φύλο εξάλλου, σύμφωνα με τον Togler (2007), θεωρείται ως ένας ακόμα παράγοντας ο οποίος σχετίζεται με τη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων. Σύμφωνα με τον Goode (2000), οι γυναίκες πιθανότατα να πιστεύουν περισσότερο στην αστρολογία σε σχέση με τους άνδρες. Το ίδιο ισχύει για τις γυναίκες αθλήτριες σε σχέση με τους άνδρες αθλητές, καθώς φαίνεται να χρησιμοποιούν σε μεγαλύτερο βαθμό μεταφυσικές πεποιθήσεις (Buhrmann & Zaugg, 1981). Με τον ίδιο τρόπο, όπως ισχυρίζονται οι Lewis και Callagher (2001), οι φοιτήτριες προτιμούν περισσότερο να μη γράψουν κάποιο τεστ την Παρασκευή και 13 σε σχέση με τους φοιτητές. Ο λόγος για τον οποίο οι γυναίκες χρησιμοποιούν περισσότερο μεταφυσικές πεποιθήσεις σε σχέση

με τους άνδρες, είναι η δυνατότητα που έχουν πλέον να αφήσουν τον παραδοσιακό τρόπο ζωής και σε συνδυασμό με την ανάπτυξη της πνευματικότητας τους που τους χαρίζει η κοινωνία, να ξεπερνούν τα όρια τους (Mears & Ellison, 2000).

Εξίσου κρίσιμο ρόλο στη διάδοση μεταφυσικών πεποιθήσεων στον αθλητισμό κατά τον Rice (2003) διαδραματίζει η εκπαίδευση. Πιο συγκεκριμένα, υποστηρίζει ότι οι μορφωμένοι άνθρωποι πιστεύουν λιγότερο στην αστρολογία, στη μετενσάρκωση ή στα φαντάσματα σε σχέση με τους λιγότερο μορφωμένους. Αντιθέτως, οι Jahoda (1968) και Salter και Routledge (1971) δε βρήκαν καμία διαφορά στη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων σχετικά με τα επίπεδα εκπαίδευσης. Από την άλλη πλευρά ο Togler (2007), υποστηρίζει ότι υπάρχει μια τάση η υψηλή μόρφωση να οδηγεί στη μειωμένη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων.

Αναφορικά με τον οικονομικό παράγοντα, ο Gorer (1955), υποστηρίζει ότι τα άτομα με χαμηλό εισόδημα είναι πιο επιρρεπή στη χρήση μάντιουμ και στην ανάγνωση των αστρολογικών προβλέψεων, σε σχέση με αυτούς που το εισόδημα τους είναι υψηλότερο. Αντιθέτως οι Mears και Ellison (2000) πιστεύουν ότι τα άτομα με υψηλότερο εισόδημα έχουν περισσότερες οικονομικές δυνατότητες για ανάγνωση των αστρολογικών τους προβλέψεων ή για αναζήτηση συμβουλής σε κάποιο μάντιουμ. Με βάση το μοντέλο του Maslow (1970), οι άνθρωποι ακολουθούν ένα γενικό πρότυπο αναγκών, σύμφωνα με το οποίο πρώτα θα καλύψουν ικανοποιητικά μια ανάγκη και μετά θα προχωρήσουν στην επόμενη. Έχοντας αυτό ως αρχή, τα άτομα με υψηλό εισόδημα, εφόσον έχουν καλύψει τις βασικές τους ανάγκες, έχουν και περισσότερες πιθανότητες να καταφύγουν στην ανάγνωση των αστρολογικών προβλέψεων ή σε μάντιουμ συγκριτικά με αυτούς που το εισόδημα τους είναι χαμηλότερο. Αυτό επειδή οι δεύτεροι προσπαθούν να καλύψουν πρωτίστως τις βασικές τους ανάγκες. Τέλος, ο Togler (2007), υποστηρίζει ότι οι άνεργοι έχουν μεγαλύτερη τάση σε μεταφυσικές πεποιθήσεις σε σχέση με τους εργαζόμενους.

Η οικογενειακή κατάσταση αποτελεί μια ακόμα αιτία, καθώς οι μεταφυσικές πεποιθήσεις θεωρούνται ως μια “πνευματική βοήθεια” για τα άτομα τα οποία βρίσκονται σε διάφορες δύσκολες καταστάσεις της ζωής. Με αυτή την αρχή αναμένεται να βρεθούν διαφορές στην χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων σχετικά με την οικογενειακή κατάσταση του καθενός. Σε δυσχερέστερη θέση πιθανόν να βρίσκονται οι χήρες, οι χωρισμένοι, και οι διαζευγμένοι σε σχέση με τους παντρεμένους (Togler, 2007).

Σχετικά με τις θρησκευτικές πεποιθήσεις, υποστηρίζεται ότι αποτελούν παράγοντα ο οποίος συνδέεται θετικά με τη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων. Θεωρείται ως πνευματική πεποίθηση χωρίς όμως να σχετίζεται με κάποια συγκεκριμένη εκκλησία ή κάποια θρησκευτική οργάνωση. Αν και φαίνεται να υπάρχει λογική σύνδεση μεταξύ των δύο, παρόλα αυτά αντικρούουν τους βασικούς κανόνες της επιστήμης (Togler, 2007). Με βάση τη βιβλιογραφική ανασκόπηση, οι άνθρωποι προκειμένου να έχουν την αίσθηση του ελέγχου, καταφεύγουν σε άλλες λύσεις όπως είναι η χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων, όπως, για παράδειγμα η πίστη στο Θεό. Η πίστη στο Θεό δίνει την αίσθηση ότι το άτομο μπορεί να ελέγξει τον κόσμο (Kay, Gaucher, Napier, Callan, & Laurin, 2008). Οι Spilka, Shaver και Kirkpatrick (1985), υποστήριξαν ότι το βασικό χαρακτηριστικό που προσφέρει η θρησκεία στους ανθρώπους είναι η ικανοποίηση της ανάγκης να προβλέπουν και να ελέγχουν τα γεγονότα της ζωής τους.

Πολλές μελέτες έχουν γίνει προκειμένου να διερευνηθεί η σχέση μεταξύ μεταφυσικών πεποιθήσεων και ελέγχου και τα ευρήματα δείχνουν μια θετική σχέση ανάμεσα στα δύο. Ειδικότερα, θεωρείται ότι τα άτομα, στην προσπάθειά τους να βελτιώσουν και να αυξήσουν την αίσθηση του ελέγχου, χρησιμοποιούν μεταφυσικές πεποιθήσεις καθώς πιστεύουν ότι θα αποφέρουν θετικά αποτελέσματα (Biner, Angle, Park, Mellinger & Barber, 1995; Dudley, 1999; Rothbart & Snyder, 1970; Taylor, Lichtman & Wood, 1984).

Εξάλλου, η χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων θεωρείται ότι βελτιώνει την αίσθηση του ελέγχου με πολλούς και διαφορετικούς τρόπους. Αρχικά, η χρήση αυτών των φαινομένων βοηθά το άτομο να κατανοήσει καλύτερα το περιβάλλον του, προσφέροντας του εξηγήσεις για φαινόμενα τα οποία είναι ανεξήγητα και μη οικεία γι αυτόν. Του προσφέρει λύσεις προκειμένου το περιβάλλον του να γίνει πιο κατανοητό, προβλέψιμο και ελεγχόμενο. Επιπροσθέτως, του παρέχει τρόπους αντιμετώπισης προβλημάτων αυξάνοντας του την αίσθηση του ελέγχου. Για παράδειγμα, πολλοί πιστεύουν ότι περνώντας την εισοδο ενός καινούργιου εργασιακού περιβάλλοντος με το δεξί πόδι ή τοποθετώντας ένα τυχερό αντικείμενο στην τσέπη τους, αυτό αμέσως θα βελτιώσει την αίσθηση του ελέγχου και κατά συνέπεια όλα θα εξελιχθούν θετικά (Keinan, 2002). Επιπροσθέτως, η μελέτη των Sagone και Caroli (2014), που εξέτασε την σχέση μεταξύ ελέγχου και μεταφυσικών πεποιθήσεων και τύχης σε έφηβους, έδειξε ότι τα άτομα με εσωτερική εστία ελέγχου φαίνεται να πιστεύουν λιγότερο σε προκαταλήψεις και κατ' επέκταση στην τύχη, σε σχέση με τα άτομα με εξωτερική εστία ελέγχου που όπως φαίνεται είναι πιο επιρρεπή στην χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων και πιστεύουν περισσότερο στην τύχη. Η μετέπειτα μελέτη των Sagone και Caroli (2015), που αφορούσε φοιτητές τριών διαφορετικών τμημάτων του πανεπιστημίου Catania της Ιταλίας, έδειξε τα ίδια αποτελέσματα. Οι φοιτητές που πίστευαν ότι οι καταστάσεις είναι αποτελέσματα των δικών τους ενεργειών (εσωτερική εστία ελέγχου) δεν χρησιμοποιούσαν μεταφυσικές πεποιθήσεις ούτε πίστευαν στον παράγοντα τύχη. Αντιθέτως, οι φοιτητές που θεω-

ρούσαν ότι τα γεγονότα είναι αποτέλεσμα των ευκαιριών, της τύχης και άλλων εξωτερικών παραγόντων (εξωτερική εστία ελέγχου), έκαναν χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων και πίστευαν στη καλή τύχη. Στο ίδιο μήκος κύματος, η μελέτη του Mundada (2013) που εξέτασε την σχέση μεταξύ ελέγχου και μεταφυσικών πεποιθήσεων σε 200 φοιτητές, έδειξε ότι τα άτομα με εξωτερική εστία ελέγχου πιστεύουν σε προκαταλήψεις και θεωρούν ότι κάθε καλό που μπορεί να συμβεί σε κάποιον οφείλεται στην τύχη, στο Θεό ή σε άλλα ισχυρά και δυναμικά άτομα. Αντιθέτως, τα άτομα με εσωτερική εστία ελέγχου, έχουν αυτοπεποίθηση, αποφασίζουν μόνα τους, δεν επηρεάζονται από τρίτους και δεν πιστεύουν σε προκαταλήψεις.

Η μελέτη του Dudley (1999), υποστηρίζει ότι οι συμμετέχοντες καταφεύγουν στη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων όταν έχουν να αντιμετωπίσουν άλυτα προβλήματα γι αυτούς, κάτι το οποίο θα εμποδίσει μια αποτυχημένη εξέλιξη. Επιπροσθέτως, οι συμμετέχοντες στη συγκεκριμένη μελέτη φαίνεται να αναπτύσσουν τέτοιες πεποιθήσεις, αφού η αιτία για μια αρνητική εξέλιξη των πραγμάτων δεν οφείλεται σε αυτούς αλλά σε εξωτερικούς περιβαλλοντικούς παράγοντες τους οποίους θα ελέγξουν μέσω των μεταφυσικών πεποιθήσεων. Τέλος, η έρευνα των Hamerman και Morewedge (2015), φαίνεται να υποστηρίζει ότι τα άτομα αναπτύσσουν περισσότερες μεταφυσικές πεποιθήσεις, όταν έχουν κάποιο στόχο εστιασμένο στην απόδοση, παρά κάποιοι στόχο εστιασμένο στη μάθηση. Αυτό σημαίνει ότι, στην προσπάθεια τους να αποδώσουν περισσότερο, προσπαθούν να ελέγξουν εξωτερικούς περιβαλλοντικούς παράγοντες μέσω αυτών των πεποιθήσεων. Ο έλεγχος παραγόντων που δεν είναι στο χέρι τους επιτυγχάνεται μέσω της χρήσης μεταφυσικών πεποιθήσεων.

Και οι ψυχολογικές διαταραχές όσο και το άγχος θεωρούνται αίτια εκδήλωσης μεταφυσικών πεποιθήσεων στον αθλητισμό. Μάλιστα πολλές μελέτες έχουν πραγματοποιηθεί προκειμένου να βρεθεί η σχέση μεταξύ των μεταφυσικών πεποιθήσεων και των χαρακτηριστικών της Ιδιοψυχαναγκαστικής Διαταραχής (Obsessive Compulsive Disorder-OCD) (Freud, 1963; Salzman, 1968). Ο Peterson (1978), βρήκε μια θετική συσχέτιση μεταξύ των προκαταλήψεων και την εξωτερική εστία ελέγχου. Εν συνεχεία, η αβεβαιότητα για την αίσθηση του ελέγχου και η εσφαλμένη εκτίμηση των αναγκών, φαίνεται να συσχετίζεται με τα χαρακτηριστικά της Ιδιοψυχαναγκαστικής Διαταραχής και κυρίως του ψυχαναγκασμού για έλεγχο (Frost, Sher, & Geen, 1986; Rachman, & Hodgson, 1980).

Η έρευνα των Frost και συν. (1993), επιβεβαιώνει τα παραπάνω καθώς τα ευρήματα συσχετίζουν τις μεταφυσικές πεποιθήσεις με τα χαρακτηριστικά του Ιδιοψυχαναγκασμού (για μη κλινικές περιπτώσεις). Επίσης διευκρινίζει ότι η σχέση αυτή υπάρχει μεταξύ του ψυχαναγκασμού για έλεγχο (compulsive checking) και όχι του ψυχαναγκασμού για καθαριότητα (compulsive cleaning) [δύο τύποι της Ιδιοψυχαναγκαστικής Διαταραχής]. Συνεχίζουν υποστηρίζοντας ότι τα άτομα προκειμένου να έχουν έλεγχο στα γεγονότα της ζωής τους αναπτύσσουν μεταφυσικές πεποιθήσεις και καταφεύγουν σε άλλες αναποτελεσματικές στρατηγικές, με αποτέλεσμα αυτό να γίνεται ψυχαναγκαστικός έλεγχος.

Ο Mallinger (1984), υποστηρίζει ότι, όταν τα άτομα έρχονται αντιμέτωπα με (δυσνητικά) επιβλαβή γεγονότα του εξωτερικού περιβάλλοντος, τότε οι προκαταλήψεις και ο ψυχαναγκασμός για έλεγχο τους προσφέρει μια αίσθηση ανακούφισης. Για παράδειγμα, όταν κάποιος χτυπά ξύλο, νιώθει μεγαλύτερη ασφάλεια καθώς θεωρεί ότι μειώνεται ο φόβος του και, παράλληλα με την καλή του τύχη, θεωρεί ότι μπορεί να απομακρύνει αλλά και να ελέγξει την απειλή. Με τον ίδιο τρόπο, δεν μπορεί να ελέγξει αν κάποιος θα του παραβιάσει το σπίτι. Προκειμένου να νιώθει ότι έχει τον έλεγχο, ενδεχομένως να επανελέγξει τις κλειδαριές, γεγονός που προσωρινά θα του προσδώσει την αίσθηση του ελέγχου και θα του απομακρύνει το φόβο (Frost, et al., 1993).

Εντούτοις, οι Zebb και Moore (2000), υποστηρίζουν ότι οι μεταφυσικές πεποιθήσεις δε σχετίζονται μόνο με τα χαρακτηριστικά της Ιδιοψυχαναγκαστικής Διαταραχής (OCD) αλλά και με τα χαρακτηριστικά άλλων αγχώδων διαταραχών, όπως είναι η Αγοροφοβία (Agoraphobia), η Κοινωνική Φοβία (Social Phobia), η Γενική Ψυχολογική Διαταραχή (General Psychological Distress) και η Αντίληψη για Έλεγχο του Άγχους (Perception of Anxiety Control), για μη κλινικές περιπτώσεις. Η εν λόγω μελέτη υποστηρίζει επίσης ότι στις γυναίκες οι μεταφυσικές πεποιθήσεις αποτελούν παράγοντα κινδύνου, για την ανάπτυξη πολλών και διάφορων αγχώδων διαταραχών. Φαίνεται πως και οι προκαταλήψεις συνδέονται με την κατάθλιψη και το άγχος, ενώ συγχρόνως θεωρούνται προβλέψιμοι παράγοντες για την ανάπτυξη αγχώδων διαταραχών. Το κοινό χαρακτηριστικό των ατόμων με ψυχολογικές διαταραχές και των ατόμων με μεταφυσικές πεποιθήσεις είναι η προσπάθεια τους να ελέγξουν το περιβάλλον μέσα στο οποίο ζουν. Κατά συνέπεια, οι μεταφυσικές πεποιθήσεις υιοθετούνται, όταν τα άτομα νιώθουν ανίκανα να ελέγξουν τα γεγονότα της ζωής τους (Jahoda, 1969).

Βιβλιογραφική Ανασκόπηση

Η εμφάνιση των μεταφυσικών πεποιθήσεων στο χώρο του αθλητισμού

Οι προκαταλήψεις στον αθλητισμό μπορούν να οριστούν ως “δράσεις οι οποίες είναι επαναλαμβανόμενες, επίσημες, διαδοχικές, διακρίνονται από τεχνικές επιδόσεις και στις οποίες οι αθλητές πιστεύουν, ότι έτσι μπορούν να ελέγξουν τον παράγοντα τύχη ή άλλους εξωτερικούς παράγοντες” (Bleak & Frederick, 1998, σελ. 2). Ο κόσμος του αθλητισμού αποτελεί ένα βασικό κομμάτι της κοινωνίας. Εδώ η χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων από τους αθλητές αποδεικνύεται με διάφορους τρόπους. Για παράδειγμα, ο αθλητής του μπέιζμπολ, Wade Boggs, είχε την πεποίθηση ότι τρώγοντας κοτόπουλο πριν από κάθε αγώνα, θα κατόρθωνε χτυπήματα που θα ήταν αποτελεσματικότερα και συνεπώς η απόδοση του θα ήταν σαφώς καλύτερη (Vyse, 1997). Ο δρομέας Joaquim Cruz, κάθε φορά που σηκώνοταν από το κρεβάτι έπρεπε πρώτα να πατήσει με το δεξί του πόδι στο έδαφος, καθώς θεωρούσε γρουσουζιά αν πατούσε με το αριστερό (VanRaalte, Brewer, Nemeroff & Linder, 1991).

Ο πυγμάχος Mochammed Ali απέφευγε τη σεξουαλική επαφή πριν τους αγώνες, αφού θεωρούσε ότι μειώνεται με αυτό τον τρόπο η απόδοσή του. Ισχυριζόταν ότι, όταν κάποιος δεν έχει σεξουαλική επαφή για κάποιο διάστημα, τότε μεταμορφώνεται σε κακό και οργισμένο με αποτέλεσμα να μετατρέπεται σε ικανός μαχητής (Thornton, 1990). Με τον ίδιο τρόπο πολλοί αθλητές διαφορετικών αθλημάτων (αμερικάνικο ποδόσφαιρο, στίβος, μπέιζμπολ) απείχαν από τη σεξουαλική επαφή, εφόσον πίστευαν ότι μειώνεται η απόδοση τους στους αγώνες (Fisher, 1997). Τέλος, μια αυστραλή κολυμβήτρια συνήθιζε να φορά κάτω από το μαγιό της το ίδιο πάντα τυχερό εσώρουχό της (Frauenheim, 1988).

Μελέτες προηγούμενων σχετικών ερευνών, αναφορικά με τη χρήση των μεταφυσικών πεποιθήσεων στον αθλητισμό, επικεντρώνονται σε διάφορους παράγοντες που εξηγούν την επίδρασή τους στην απόδοση των αθλητών. Αυτοί οι παράγοντες αναφέρονται κυρίως στον έλεγχο και στο άγχος των αθλητών. Λίγες μελέτες αναφέρονται σε άλλες ψυχολογικές μεταβλητές, όπως είναι για παράδειγμα η αισιοδοξία και η απαισιοδοξία, η αντίληψη ελέγχου, η αθλητική ταυτότητα και η προσωπικότητα τύπου A (Bleak & Frederick, 1998; Neil, Anderson, & Sheppard, 1981; Todd & Brown, 2003; VanRaalte, Brewer, Nemeroff & Linder, 1991).

Πολλές φορές η νίκη ή ήττα, ειδικά στους αγώνες υψηλού επιπέδου, κρίνεται στις λεπτομέρειες. Η φυσική κατάσταση και τα τεχνικά χαρακτηριστικά είναι στοιχεία που οι περισσότεροι αθλητές, σε αυτά τα επίπεδα, διαθέτουν. Οι συνθήκες υψηλού ανταγωνισμού που προκαλούν αβεβαιότητα στους αθλητές, δύνανται να επηρεάσουν το αποτέλεσμα του αγώνα. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα οι αθλητές να χρησιμοποιούν μεταφυσικές πεποιθήσεις προκειμένου να αποκτήσουν καλύτερο έλεγχο αυτών των εξωτερικών παραγόντων (Neil, 1980). Εκτός αυτών, η χρήση προκαταλήψεων φαίνεται να χαρίζει μια ψευδαίσθηση ελέγχου στους αθλητές, ειδικά σε συνθήκες υψηλού στρες και αβεβαιότητας (Matute, 1994), όπου μειώνεται η αυτοπεποίθηση και αυξάνεται το άγχος (VanRaalte, et al, 1991). Οι Ofori, Biddle και Lavalley (2012), μετά από μελέτη που διεξήχθη σε 120 άνδρες, επαγγελματίες ποδοσφαιριστές, υποστηρίζουν ότι οι αθλητές επιδιώκουν την αύξηση του ελέγχου μέσω της χρήσης των μεταφυσικών πεποιθήσεων, εφόσον αυτές τους προσφέρουν ασφάλεια.

Σύμφωνα με τον Weiner (1985), ο έλεγχος των πραγμάτων είτε εξαρτάται από το ίδιο το άτομο είτε όχι. Πιο συγκεκριμένα ο Rotter (1966), υποστηρίζει ότι υπάρχουν δύο τύποι ανθρώπων, αναφορικά με τον έλεγχο: αυτοί που πιστεύουν ότι τα αποτελέσματα των ενεργειών τους είναι αποτέλεσμα των ικανοτήτων τους (εσωτερικός έλεγχος) και αυτοί που πιστεύουν ότι το αποτέλεσμα των ενεργειών τους εξαρτάται από διάφορους άλλους εξωτερικούς παράγοντες (εξωτερικός έλεγχος). Η έρευνα της Van Raalte και συν. (1991), υποστηρίζει ότι οι αθλητές με εξωτερικό έλεγχο, αυτοί δηλαδή που πιστεύουν ότι τα αποτελέσματα των πράξεων τους μπορούν να επηρεαστούν από εξωτερικούς παράγοντες, έχουν περισσότερες πιθανότητες να αναπτύξουν μεταφυσικές πεποιθήσεις. Ίδια αποτελέσματα φαίνεται να υπάρχουν και από τις μελέτες των Todd και Brown (2003), Schippers και VanLange (2006), όπως και των Barkoukis, Perkos και Kokkinopoulos (2012), που βρήκαν ισχυρή θετική συσχέτιση μεταξύ των μεταφυσικών πεποιθήσεων και του εξωτερικού ελέγχου. Ο Ofori και συν. (2012), στην μελέτη του σε επαγγελματίες ποδοσφαιριστές, υποστηρίζει ότι οι αθλητές προκειμένου να νιώθουν ότι έχουν καλύτερο έλεγχο σε ανταγωνιστικές καταστάσεις, καταφεύγουν στην χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων. Η ανάγκη τους να επιτύχουν, η κοινωνική πίεση και ο μεγάλος ανταγωνισμός στους υψηλού επιπέδου αγώνες τους αναγκάζει να υιοθετούν προκαταλήψεις, προκειμένου να νιώθουν ότι έχουν τον απόλυτο έλεγχο των εξωτερικών παραγόντων που μπορούν να επηρεάσουν το τελικό αποτέλεσμα του αγώνα.

Οι έρευνες των Bleak και Frederick (1998) και VanRaalte, και συν. (1991), φαίνεται να υποστηρίζουν ακριβώς το αντίθετο. Πιο συγκεκριμένα, θεωρούν ότι οι αθλητές με εσωτερικό έλεγχο αναπτύσσουν περισσότερες μεταφυσικές πεποιθήσεις, σε σχέση με εκείνους που έχουν εξωτερικό έλεγχο. Στα αντικρουόμενα αυτά αποτελέσματα οι Schippers και VanLange (2006), δίνουν δύο ερμηνείες. Αρχικά υποστηρίζουν ότι οι αθλητές

με εξωτερικό έλεγχο, επειδή πιστεύουν ότι τα αποτελέσματα των πράξεων τους εξαρτώνται από εξωτερικούς παράγοντες, υιοθετούν μεταφυσικές πεποιθήσεις, οι οποίες στηρίζονται σε εξωτερικούς παράγοντες. Από την άλλη πλευρά, οι αθλητές με εσωτερικό έλεγχο, μπορεί να θεωρούν ότι τα αποτελέσματα των πράξεων τους εξαρτώνται από τους ίδιους, αλλά, προκειμένου να αυξήσουν τον έλεγχο ακόμα περισσότερο, καταφεύγουν στην χρήση προκαταλήψεων.

Κατά συνέπεια, ο Williams (2010), υποστηρίζει ότι η βάση των ψυχολογικών παρεμβάσεων σχετικά με τη βελτίωση και την αύξηση της απόδοσης των αθλητών, περιλαμβάνει την διδασκαλία της αναγνώρισης ή της συνειδητοποίησης της ανάγκης για απόκτηση του ελέγχου. Έτσι, το στοιχείο της συνειδητοποίησης φαίνεται να είναι το πρώτο βήμα για να αποκτήσει κανείς τον έλεγχο υπό συνθήκες πίεσης. Με αυτό τον τρόπο, οι αθλητές μαθαίνουν να ελέγχουν και να καθορίζουν τα επίπεδα διέγερσης τους, την συναισθηματική τους κατάσταση, τις διαδικασίες σκέψης τους και την ικανότητα συγκέντρωσης τους. Ο έλεγχος, όπως φαίνεται, είναι το βασικό στοιχείο προκειμένου να μειωθούν τα επίπεδα άγχους ενός αθλητή και να βελτιωθεί η απόδοσή του. Για παράδειγμα, ο αθλητής πρέπει να μάθει να ελέγχει τον ενθουσιασμό της αθλητικής κατάστασης και να διοχετεύει την ενέργειά του με τέτοιο τρόπο ώστε να βελτιώνεται η απόδοσή του. Τα επίπεδα διέγερσης του να ελέγχονται και να προσαρμόζονται ανάλογα με τις απαιτούμενες συνθήκες. Ο αθλητής πρέπει να αναγνωρίζει τους στρεσογόνους παράγοντες που θα επηρεάσουν αρνητικά τις επιδόσεις του ώστε να αναπτύξει στρατηγικές αντιμετώπισης με τελικό στόχο τον έλεγχο αυτών και την επίτευξη του βέλτιστου αποτελέσματος.

Οι Schirpers και VanLange (2006), μελέτησαν τη σχέση μεταξύ της χρήσης μεταφυσικών πεποιθήσεων και άγχους. Τα ευρήματα έδειξαν μια σημαντική συσχέτιση μεταξύ των δύο. Αυτό σημαίνει ότι οι αθλητές κάτω από συνθήκες έντονης πίεσης, αβεβαιότητας, ανασφάλειας και έλλειψης ελέγχου, προσπαθούν να μειώσουν το άγχος που τους δημιουργείται μέσω της χρήσης των προκαταλήψεων, σε συνάρτηση πάντα με την σημαντικότητα του αγώνα. Υποστηρίζουν δε, ότι, όταν το αποτέλεσμα του αγώνα είναι σημαντικό, το άγχος αυτομάτως αυξάνεται και η χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων γίνεται αναγκαία. Τέλος, η μελέτη αναφέρει ότι τα άτομα που κάνουν χρήση των προκαταλήψεων έχουν λιγότερη αυτοπεποίθηση και εμπειρία σε αγώνες όπου η ψυχολογική ένταση είναι υψηλή, σε σχέση με τα άτομα που δεν κάνουν χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων. Κατ' επέκταση, η χρήση των προκαταλήψεων βοηθά τους αθλητές να μειώσουν την ψυχολογική τους ένταση στους αγώνες υψηλού επιπέδου.

Στη μελέτη που αφορούσε σε αθλητές του baseball, ο Gmelch (1971) αναφέρει ότι ο βαθμός στον οποίο οι αθλητές χρησιμοποιούν τις προκαταλήψεις εξαρτάται από το ποσοστό επιτυχίας του αγώνα. Για παράδειγμα, όταν το ποσοστό χτυπήματος ήταν 98%, τότε η χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων μειωνόταν, ενώ, όταν το ποσοστό χτυπήματος ήταν μικρό, η χρήση προκαταλήψεων αυξανόταν. Αυτό σημαίνει ότι, όταν το ποσοστό επιτυχίας αυξανόταν, αυτόματα μειωνόταν και το άγχος, και κατά συνέπεια και η χρήση προκαταλήψεων μειωνόταν αισθητά και αντίστροφα. Στο ίδιο μήκος κύματος ο Ciborowski (1997) αναφέρει ότι οι προκαταλήψεις αυξάνονται στους αθλητές, όταν οι αγώνες είναι χρονικά κοντά (κάτι που αυξάνει το άγχος) ή όταν τα προγνωστικά λένε ότι μια ομάδα πρόκειται να χάσει. Παρομοίως, όταν οι προκλήσεις για μια ομάδα είναι υψηλές, κάτι το οποίο αυξάνει το άγχος, τότε πάλι η χρήση προκαταλήψεων γίνεται πιο συχνά (Buhrmann & Zaugg, 1981; Neil, Anderson & Sheppard, 1981).

Τέλος, οι Brevers, Dan και Noel (2011), από την μελέτη τους σε 219 αθλητές, υποστηρίζουν ότι η χρήση των προκαταλήψεων εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τα επίπεδα ανταγωνισμού, κάτι το οποίο αυξάνει την αβεβαιότητα και την ψυχολογική ένταση των αθλητών. Συμπερασματικά, φαίνεται πώς το άγχος αυξάνεται, όταν οι αθλητές συμμετέχουν σε σημαντικούς αγώνες, όταν οι προκλήσεις για αυτούς είναι υψηλές και όταν οι πιθανότητες να κερδίσουν δεν είναι με το μέρος τους. Με αυτό τον τρόπο η χρήση των διαφόρων προκαταλήψεων γίνεται πιο συχνή (Damisch, 2008).

Μελετώντας τις διάφορες έρευνες που έχουν γίνει αναφορικά με τις μεταφυσικές πεποιθήσεις στα διάφορα αθλήματα, μπορεί να καταλάβει κανείς ότι οι πρώτες διαφοροποιούνται από άθλημα σε άθλημα και ανάλογα με την αγωνιστική θέση του αθλητή. Πιο συγκεκριμένα, η έρευνα των Gregory και Petrie (1975), που διεξήχθη μεταξύ έξι αθλητικών κολεγιακών ομάδων, έδειξε να υπάρχει θετική συσχέτιση μεταξύ των προκαταλήψεων και του είδους του αθλήματος, ανάμεσα σε αθλητές ομαδικών και ατομικών αθλημάτων. Για παράδειγμα, οι αθλητές του χόκει επί πάγου, που χρησιμοποιούσαν μεγαλύτερο εξοπλισμό σε σχέση με τους αθλητές άλλων αθλημάτων, φάνηκε να αναπτύσσουν περισσότερες μεταφυσικές πεποιθήσεις, κάτι που δυναμώνει τη σχέση μεταξύ εξοπλισμού και προκαταλήψεων. Παρομοίως, στο μπάσκετ, η μελέτη έδειξε τη συσχέτιση μεταξύ προκαταλήψεων και εξοπλισμού. Για παράδειγμα, οι αθλητές φιλούσαν την μπάλα πριν ξεκινήσει ο αγώνας. Στα αθλήματα που δε γινόταν χρήση κάποιου συγκεκριμένου εξοπλισμού, όπως στην κολύμβηση και στη γυμναστική, οι αθλητές φορούσαν κάποιο τυχερό αντικείμενο γύρω από το λαιμό ή τον καρπό. Σε άλλες παρόμοιες περιπτώσεις άλλοι αθλητές προτιμούσαν να πουν κάποια συγκεκριμένη προσωπική έκφραση πριν μπουν στο νερό ή πριν ξεκινήσουν το πρόγραμμα γυμναστικής.

Ο Ofori και συν. (2012), αναφέρει στη μελέτη του το σημαντικό ρόλο που παίζει η προσευχή πριν από τον αγώνα σε ομάδες ποδοσφαίρου. Η διαδικασία αυτή φαίνεται να χαρίζει στους παίκτες ένα αίσθημα καλύτερης αυτοσυγκέντρωσης, να δυναμώνει το δέσιμο της ομάδας, τη συνοχή και την εμπιστοσύνη πριν την έναρξη του αγώνα. Τέλος, οι Bleak και Frederick (1998), υποστηρίζουν ότι το άθλημα της γυμναστικής είναι αυτό στο οποίο οι αθλητές χρησιμοποιούν τις περισσότερες προκαταλήψεις σε σχέση με άλλα αθλήματα. Αυτό πιθανότατα να συμβαίνει επειδή οι αθλητές στο συγκεκριμένο άθλημα δεν έχουν περιθώριο λάθους, ή, καλύτερα, το όποιο λάθος κοστίζει στην τελική τους βαθμολογία. Κάτι τέτοιο δεν μπορεί να συμβεί για παράδειγμα σε ένα ομαδικό άθλημα, καθώς το λάθος ενός παίχτη μπορεί να καλυφθεί από έναν άλλον συμπαίκτη.

Με τον ίδιο τρόπο, η αγωνιστική θέση του αθλητή μπορεί να παίζει ρόλο στην υιοθέτηση των προκαταλήψεων. Ο Gmelch (1971), υποστηρίζει ότι στο μπέιζμπολ, ο παίκτης του οποίου η θέση είναι να χτυπάει με το ρόπαλο (batter) έχει περισσότερες πιθανότητες να αναπτύξει μεταφυσικές πεποιθήσεις, σε σχέση με τον παίκτη του οποίου η θέση είναι να μετακινείται μέσα στο γήπεδο (fielder). Αυτό πιθανόν να οφείλεται στην ευθύνη και το ρίσκο που χαρακτηρίζει την κάθε αγωνιστική θέση. Από την άλλη πλευρά, ο Ofori και συν. (2012) δε βρήκε καμία διαφορά στη χρήση προκαταλήψεων μεταξύ επιθετικού και τερματοφύλακα στο άθλημα του ποδοσφαίρου. Εντούτοις, αυτό μπορεί να οφείλεται και στο μικρό δείγμα της έρευνας.

Μελέτες που έχουν γίνει προκειμένου να βρεθεί η σχέση μεταξύ προκαταλήψεων και φύλου έχουν δείξει ότι οι γυναίκες έχουν μεγαλύτερη τάση στη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων, σε σχέση με τους άνδρες (Blum & Blum, 1974; Buhrmann & Zaugg, 1981; Burke, Czech, Knight, Scott, Joyner, Benton & Roughton, 2006; Conklin, 1919; Gregory, 1973). Άλλες πάλι υποστηρίζουν ακριβώς το αντίθετο (Buhrmann, Brown & Zaugg, 1982; Neil, Anderson & Sheppard, 1981; VanRaalte et al., 1991; Wright & Erdal, 2008). Οι έρευνες αποδεικνύουν ότι οι διαφορές αυτές μεταξύ των δύο φύλων δεν αφορούν τόσο στην υπεροχή του ενός από του άλλου, όσο στο είδος των μεταφυσικών πεποιθήσεων. Για παράδειγμα, οι αθλήτριες φαίνεται να χρησιμοποιούν προκαταλήψεις που αφορούν την προσωπική τους εμφάνιση, ενώ οι άνδρες προκαταλήψεις που αφορούν τον εξοπλισμό του αθλήματος τους (Buhrmann, Brown & Zaugg, 1982; Buhrmann, & Zaugg, 1981; Gregory & Petrie, 1975). Σε άλλο παράδειγμα, όπως αναφέρουν ο Burke και συν. (2006), οι αθλητές φαίνεται να χρησιμοποιούν την προσευχή πριν τους αγώνες περισσότερο σε σχέση με τις αθλήτριες. Από την άλλη πλευρά, οι Brevers, Dan και Noel (2011), υποστηρίζουν ότι οι αθλήτριες χρησιμοποιούν περισσότερες μεταφυσικές πεποιθήσεις σε σχέση με τους αθλητές, αφού φαίνεται να έχουν περισσότερο προ-αγωνιστικό άγχος.

Λίγες έρευνες ωστόσο έχουν εξετάσει την σχέση μεταξύ ηλικίας και προκαταλήψεων στον αθλητισμό. Επικρατεί παρ' όλ' αυτά η άποψη ότι οι μεγαλύτεροι σε ηλικία αθλητές χρησιμοποιούν περισσότερες προκαταλήψεις, σε σχέση με τους αθλητές μικρότερης ηλικίας (Buhrmann & Zaugg, 1983; Neil et al., 1981).

Οι έρευνες των Carver και Scheier, (2002b) και Taylor και Brown, (1988), υποστηρίζουν ότι η αισιοδοξία είναι ένα χαρακτηριστικό των ατόμων το οποίο μπορεί να τα βοηθήσει να ενισχύσουν και να βελτιώσουν τα κίνητρα, την επιμονή και την απόδοση τους. Οι Czech, Burke, Joyner και Hardy (2002), σε έρευνα που έκαναν, αναφορικά με την αισιοδοξία και την απαισιοδοξία σε αθλητές, δε βρήκαν σημαντική διαφορά, όταν ο προσανατολισμός τους αφορούσε τη νίκη, τους στόχους τους και τον ανταγωνισμό.

Από την άλλη πλευρά, η μελέτη των Seligman, Nolen-Hoksema, Thornton και Thornton (1990), που αφορούσε αθλητές της κολύμβησης, έδειξε ότι οι απαισιοδοξοί κολυμβητές είχαν φτωχές επιδόσεις σε σχέση με τους αισιοδόξους. Η θεωρία των κινήτρων φαίνεται να παίζει ουσιαστικό ρόλο στην απόδοση των αθλητών. Οι Carver και Scheier (2002a), υποστηρίζουν ότι τα άτομα που θεωρούν ότι οι στόχοι τους δίνουν κίνητρο να συνεχίσουν τις προσπάθειες, μέχρι να τα καταφέρουν (αισιόδοξοι). Αντιθέτως, τα άτομα που βλέπουν τους στόχους τους ακατόρθωτους, μειώνουν τις προσπάθειες τους και στο τέλος εγκαταλείπουν (απαισιοδοξοί). Κοινώς, το αποτέλεσμα εξαρτάται από τις πεποιθήσεις του ατόμου, κάτι το οποίο θα του δώσει κίνητρο να συνεχίσει ή να εγκαταλείψει.

Οι Rudski, Lischner και Albert (1999), υποστηρίζουν ότι η απαισιοδοξία σχετίζεται με τη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων. Οι Fontaine, Manstead και Wagner (1993), θεωρούν ότι η αισιοδοξία σχετίζεται με την πίστη ενός ατόμου ότι έχει τον έλεγχο της ζωής του και αυτόματα μπορεί να ελέγχει και το άγχος του. Αναφορικά με τους αθλητές, οι Taylor και Brown (1998), υποστηρίζουν ότι οι υψηλού επιπέδου αθλητές βρέθηκε να έχουν καλύτερο έλεγχο και να είναι πιο αισιοδοξοί για το μέλλον τους. Αντιθέτως, ο Burke και συν. (2006), υποστηρίζει ότι η αισιοδοξία και η απαισιοδοξία μπορούν να επηρεάζουν τη στάση του αθλητή, ενώ παράλληλα δύνανται να τον βοηθήσουν να αποτρέψει μια αρνητική απόδοση. Ωστόσο δε διαπίστωσε συσχέτιση αισιοδοξίας-απαισιοδοξίας με τη συμπεριφορά των αθλητών που κάνουν χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων.

Ο Brewer και συν. (1993), ορίζει ως Αθλητική Ταυτότητα «τον βαθμό στον οποίο ένα άτομο ταυτίζεται με τον ρόλο του αθλητή» (σελ. 237). Η ισχυρή ταύτιση του αθλητή με το ρόλο του μπορεί να βελτιώσει την απόδοσή του, να αναπτύξει καλύτερη εικόνα για τον εαυτό του, να αυξήσει την αυτοπεποίθησή του και, τε-

λικά, να βελτιώσει τις αθλητικές του ικανότητες. Οι Neil, Anderson και Sheppard (1981), υποστηρίζουν ότι, όσο μεγαλύτερος είναι ο βαθμός του “Εγώ” ενός αθλητή, τόσο μεγαλύτερη είναι η χρήση των μεταφυσικών πεποιθήσεων. Αυτό πιθανόν να οφείλεται στην προσπάθεια των αθλητών αυτών να μειώσουν το άγχος τους, ώστε η απόδοση τους να είναι όσο το δυνατόν καλύτερη και συχνότερη (VanRaalte et al., 1991). Αυτό συνεπάγεται ότι όσο μεγαλύτερο το “Εγώ” του αθλητή, τόσο αυξάνεται το άγχος, και κατά συνέπεια τόσο μεγαλύτερη και η χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων (Neil, Anderson & Sheppard, 1981; VanRaalte et al., 1991). Η πλειοψηφία των ερευνών, ωστόσο, υποστηρίζει ότι μια ισχυρή αθλητική ταυτότητα μπορεί να οδηγήσει, εκτός από την βελτίωση της απόδοσης ενός αθλητή και τη χρήση προκαταλήψεων, στη δημιουργία συναισθηματικών διαταραχών. Για παράδειγμα μετά από έναν σοβαρό τραυματισμό, ο αθλητής πρέπει να μείνει εκτός αγώνων ή και να διακόψει εντελώς την αθλητική του καριέρα (Brewer et al., 1993)

Συζήτηση και Συμπεράσματα

Η βιβλιογραφική ανασκόπηση δείχνει ότι η χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων από τους αθλητές δεν πρέπει να εξετάζεται μεμονωμένα, αλλά σε συνδυασμό με την ατομικότητα του καθενός γενικότερα. Παράγοντες όπως η εκπαίδευση, η θρησκεία, οικογενειακή κατάσταση είναι στοιχεία που επηρεάζουν το άτομο γενικότερα στη ζωή του, ώστε να υιοθετεί προκαταλήψεις και ειδικότερα στο χώρο του αθλητισμού. Πολλές φορές οι συνθήκες ζωής προκαλούν αβεβαιότητα και πίεση στους ανθρώπους, δημιουργούν ανασφάλεια και προβληματισμούς. Εντούτοις, υπό αυτές ακριβώς τις συνθήκες οι άνθρωποι πρέπει να αποδώσουν όσο το δυνατόν καλύτερα. Με τον ίδιο τρόπο, στο χώρο του αθλητισμού οι αθλητές καλούνται να αποδώσουν και να λειτουργήσουν υπό σκληρές αγωνιστικές ψυχολογικές συνθήκες.

Σε αυτό το σημείο εμφανίζονται οι προκαταλήψεις που θα προσφέρουν μια αίσθηση ασφάλειας, αλλά η ύπαρξή τους και ο βαθμός χρήσης τους θα εξαρτηθούν από παράγοντες που αφορούν την ατομικότητα τους. Οι παράγοντες που αναλύθηκαν παραπάνω και αφορούν σε πολλές από τις εκφάνσεις της ανθρώπινης ζωής μπορούν να διερευνηθούν περαιτέρω υπό το πρίσμα της εθνικότητας, η οποία τους συμπεριλαμβάνει. Δεδομένου ότι συχνά οι αθλητές συμμετέχουν σε διοργανώσεις παγκοσμίου βεληνεκούς, εκπροσωπώντας την χώρα τους και προάγοντας στοιχεία του πολιτισμού τους, κρίνεται απαραίτητη η σε βάθος ανάλυση αυτού του παράγοντα σε συνδυασμό με την υιοθέτηση μεταφυσικών πεποιθήσεων.

Συμπερασματικά, οι μελέτες που εξέτασαν τη συσχέτιση μεταξύ του ελέγχου και της χρήσης προκαταλήψεων, όπως φαίνεται από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση, είναι αντιφατικές. Κάποιες υποστηρίζουν ότι η συσχέτιση είναι θετική και κάποιες αρνητική. Άλλοι ερευνητές θεωρούν ότι οι αθλητές με εσωτερικό έλεγχο είναι αυτοί που έχουν περισσότερες πιθανότητες να υιοθετήσουν μεταφυσικές πεποιθήσεις (Bleak & Frederick, 1998; VanRaalte, et al., 1991), ενώ κάποιος υποστηρίζει ότι οι αθλητές με εξωτερικό έλεγχο είναι αυτοί που έχουν περισσότερες πιθανότητες να κάνουν χρήση διαφόρων προκαταλήψεων (Barkoukis, et al. 2012; Tod & Brown, 2003; Schippers & VanLange, 2006; VanRaalte et al., 1991).

Παράγοντες όπως η σημαντικότητα του αγώνα (Schippers & VanLange, 2006), το ποσοστό επιτυχίας σε αγώνες (Gmelch, 1971), το χρονικό περιθώριο μεταξύ της διεξαγωγής των αγώνων (Ciborowski, 1997), οι υψηλές προκλήσεις (Buhrmann & Zaugg, 1981; Neil et al., 1981) και τα επίπεδα ανταγωνισμού (Brevers, Dan & Noel, 2011), υποστηρίζεται ότι αυξάνουν τα επίπεδα άγχους των αθλητών και, κατά συνέπεια, τις πιθανότητες για χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων.

Το άθλημα της γυμναστικής, βάσει της βιβλιογραφικής ανασκόπησης, φαίνεται να είναι αυτό στο οποίο οι αθλητές χρησιμοποιούν τις περισσότερες προκαταλήψεις (Bleak & Frederick, 1998). Πιθανότατα αυτό να συμβαίνει, γιατί στο συγκεκριμένο άθλημα οι αθλητές δεν έχουν περιθώριο λάθους ή, καλύτερα, η τελική τους βαθμολογία εξαρτάται από το σύνολο λαθών, εν αντιθέσει με ένα ομαδικό άθλημα όπου το λάθος ενός αθλητή μπορεί να καλυφθεί ή να διορθωθεί από έναν άλλο συμπαίκτη.

Διαφορές εντοπίστηκαν στο είδος των προκαταλήψεων που χρησιμοποιούσαν οι αθλητές μεταξύ ατομικών και ομαδικών αθλημάτων. Για παράδειγμα, οι αθλητές του μπάσκετ φιλούσαν την μπάλα πριν την έναρξη του αγώνα, ενώ αθλητές της κολύμβησης έλεγαν κάποια προσωπική έκφραση πριν μπουν στο νερό (Gregory & Petrie, 1975). Αθλητές του ποδοσφαίρου προτιμούσαν να προσευχηθούν πριν τον αγώνα, κάτι το οποίο ενδυνάμωνε το δέσιμο και τη συνοχή της ομάδας και βελτιώνει την αυτοσυγκέντρωση του κάθε αθλητή (Ofori, et al., 2012). Η αγωνιστική θέση του αθλητή φάνηκε να παίζει κάποιο ρόλο στη χρήση προκαταλήψεων. Σύμφωνα με τον Gmelch (1971), αυτό συμβαίνει όταν η αγωνιστική θέση έχει μεγαλύτερο ρίσκο και ευθύνη, σε σχέση με κάποια άλλη. Αντιθέτως η μελέτη του Ofori, και συν. (2012), δεν έδειξε κάποια σημαντική διαφορά μεταξύ του επιθετικού και του τερματοφύλακα ποδοσφαίρου και της χρήσης προκαταλήψεων.

Αναφορικά με το φύλο του αθλητή και τη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων, οι απόψεις των ειδικών διίστανται. Υποστηρίζεται ότι οι γυναίκες έχουν μεγαλύτερη τάση στη χρήση προκαταλήψεων (Blum & Blum, 1974; Buhrmann & Zaugg, 1981; Burke et al., 2006; Conklin, 1919; Gregory, 1973), ενώ άλλες υποστηρί-

ζουν ακριβώς το αντίθετο (Buhrmann, Brown & Zaugg, 1982; Neil, Anderson & Sheppard, 1981; VanRaalte et al., 1991; Wright & Erdal, 2008). Διαφορές βρέθηκαν και στο είδος των προκαταλήψεων που χρησιμοποιούσε το κάθε φύλο. Οι αθλήτριες χρησιμοποιούσαν προκαταλήψεις που αφορούσαν στην εμφάνιση τους, ενώ οι αθλητές τον εξοπλισμό τους (Buhrmann, Brown, & Zaugg, 1982; Buhrmann & Zaugg, 1981; Gregory & Petrie, 1975). Ακόμη λιγότερες έρευνες έχουν εξετάσει τη σχέση προκαταλήψεων και ηλικίας. Ωστόσο φαίνεται ότι οι μεγαλύτεροι σε ηλικία αθλητές χρησιμοποιούν περισσότερες προκαταλήψεις, σε σχέση με τους νεότερους (Buhrmann & Zaugg, 1983; Neil, et al., 1981).

Ακόμη μια φορά οι μελέτες φαίνεται να είναι λίγες και αντιφατικές αναφορικά με την σχέση αισιοδοξίας/απαισιοδοξίας των αθλητών και μεταφυσικών πεποιθήσεων. Ο Rudski και συν., (1999), υποστηρίζει ότι η αισιοδοξία και απαισιοδοξία σχετίζονται με τη χρήση μεταφυσικών πεποιθήσεων, ενώ οι Czech, Burke, Joyner και Hardy (2002) δε βρήκαν καμία σημαντική συσχέτιση.

Τέλος, η αθλητική ταυτότητα του αθλητή μελετήθηκε σε σχέση με τη χρήση προκαταλήψεων. Αν και οι μελέτες είναι λιγοστές, ωστόσο υποστηρίζεται ότι η αυξημένη αίσθηση του Εγώ, μπορεί να βελτιώνει την απόδοση, την αυτοπεποίθηση του αθλητή και τις ικανότητες του (Neil, et al., 1981), ενώ παράλληλα αυξάνει το άγχος των αθλητών και κατ' επέκταση τη χρήση προκαταλήψεων (Neil, et al., 1981; Sheppard, 1981; VanRaalte et al., 1991).

Προτάσεις για μελλοντικές έρευνες

Στη βιβλιογραφική ανασκόπηση φαίνεται να υπάρχει ένα κενό από πειραματικές έρευνες που να εξετάζουν τη σχέση μεταφυσικών πεποιθήσεων και απόδοσης των αθλητών. Οι έρευνες αυτές θα μπορούσαν να εστιάσουν το ενδιαφέρον τους στις ατομικές διαφορές του κάθε αθλητή και τα αποτελέσματα που έχει για τον κάθε ένα η χρήση αυτών των πεποιθήσεων. Σημαντικό, επίσης, θα ήταν να μελετηθεί κατά πόσο το άτομο κάνει χρήση των μεταφυσικών πεποιθήσεων στη ζωή του γενικότερα, κάτι το οποίο το οδηγεί αυτόματα στη χρήση αυτών των πεποιθήσεων στο χώρο του αθλητισμού συγκεκριμένα. Ένας σημαντικός παράγοντας που θα ήταν καλό να μελετηθεί, όπως αναφέρθηκε και στο κομμάτι της συζήτησης, είναι η εθνικότητα του κάθε αθλητή. Η συμβολή της εθνικότητας στις προκαταλήψεις μπορεί να συνδυαστεί με τον παράγοντα θρησκεία, εφόσον αυτή σχετίζεται με τις πνευματικές πεποιθήσεις των μελών μιας χώρας.

Σημασία για τον Αγωνιστικό Αθλητισμό

Οι μεταφυσικές πεποιθήσεις φαίνεται να χρησιμοποιούνται από ένα μεγάλο αριθμό αθλητών με τελικό στόχο τη βελτίωση της απόδοσης. Η συγκεκριμένη εργασία αναφέρεται στο είδος των προκαταλήψεων που χρησιμοποιούνται αλλά και στους παράγοντες αυτούς που εξηγούν την επίδραση των μεταφυσικών πεποιθήσεων στην απόδοση των αθλητών. Αυτό αποτελεί γνώση για τους αθλητές, προπονητές και τους αθλητικούς ψυχολόγους για τον τρόπο και τον βαθμό χρήσης των προκαταλήψεων στα αθλητικά δρώμενα. Ωστόσο, απαιτείται περαιτέρω έρευνα και μελέτη για την αποτελεσματικότητά τους.

Βιβλιογραφία

- Abercrombie, N., Baker, J., Brett, S., & Foster, J. (1970). *Superstition and Religion: The God of the Gaps*. A Sociological Yearbook of Religion in Britain, vol. 3. SCM Press, London.
- Barkoukis, V., Perkos, S., & Kokkinopoulos, S. (2012). Being superstitious in sports: Effect of superstitious beliefs on athletes' cognitive and effective responses. In J. L. Murray & E. O. Watson (Eds.), *Encyclopedia of Sports and Athletics* (pp.421-440). New York. Nova Publishers.
- Ben-Yehuda, N. (1985). *Deviance and Moral Boundaries: Witchcraft, the Occult, Science Fiction Deviant Sciences and Scientists*. University of Chicago Press, Chicago.
- Biner, P. M., Angle, S. T., Park, J. H., Mellinger, A. E., & Barber, B. C. (1995). Need and the illusion of control. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 899-907.
- Bleak, J. L., & Frederick, C. M. (1998). Superstitious behavior in sport: Levels of effectiveness and determinants of use in three collegiate sports. *Journal Sport Behavior*, 21, 1-15.
- Blum, S. H., & Blum, L. H. (1974). Do's and don't's: An informal study of some prevailing superstitions. *Psychological Reports*, 35, 567-571.
- Breuer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24, 237-254.

- Brevers, D., Dan, B., & Noel, X. (2011). Sport superstition: Mediation of psychological tension on non-professional sportsmen's superstitious rituals. *Journal of Sport Behavior*, 34, 1.
- Broad, C.D. (1953). The relevance of psychical research to philosophy. In J. Ludwig (E.D). *Philosophy and parapsychology*, 43-64. Buffalo: Prometheus.
- Buhrmann, H. G., Brown, B., & Zaugg, M. K. (1982). Superstitious beliefs and behavior: A comparison of male and female basketball players. *Journal of Sport Behavior*, 5, 75-185.
- Buhrmann, H. G., & Zaugg, M. K. (1981). Superstitions among basketball players: An investigation of various forms of superstitious beliefs and behavior among competitive basketballers at the junior high school to university level. *Journal of Sport Behavior*, 4, 163-174.
- Buhrmann, H. G., & Zaugg, M. K. (1983). Religion and superstition in the sport of basketball. *Journal of Sport Behavior*, 6, 146-157.
- Burke, K. L., Czech, D. R., Knight, J. L., Scott, L. A., Joyner, B., Benton, S. G., et al., (2006). An exploratory investigation of superstition, personal control, optimism and pessimism in NCAA division I intercollegiate student-athletes. *Athletic Insight*, 8, 2, www.athleticinsight.com
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002a). Control processes and self-organization as complementary principles underlying behavior. *Personality & Social Psychology Review*, 6, 304-316.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002b). The hopeful optimist. *Psychological Inquiry*, 13, 288-290.
- Ciborowski, T. (1997). "Superstition" in the collegiate baseball player. *The sport Psychologist*, 11, 305-317.
- Conklin, E. S. (1919). Superstitious belief and practice among college students. *American Journal of Psychology*, 30, 83-102.
- Czech, D. R., Burke, K. L, Joyner, A. B., & Hardy, C. J. (2002). An examination of NCAA Division I athlete's optimism, pessimism and sport orientation levels. *International Sports Journal*, 6, 136-146.
- Damisch, L. (2008). Keep your fingers crossed. The influence of superstition on subsequent task performance and its mediating mechanism. PhD thesis, Universität zu Köln.
- Dudley, R. T. (1999). The effect of superstitious belief on performance following an unsolvable problem. *Personality and Individual Differences*, 26, 1057-1064.
- Fisher, G. (1997). Absention from sex and other pre-game rituals used by college male varsity athletes. *Journal of Sport Behavior*, 20, 176-184.
- Fontaine, K. R., Manstead, A. S. R., & Wagner, H. (1993). Optimism, perceived control over stress, and coping. *European Journal of Personality*, 7, 267-281.
- Frauenheim, N. (1988). Superstitions. *The Arizona Republic*, 8.
- Freud, S. (1963). Obsessive acts and religious practices. In Rieff, P. (Ed.), *Character and culture* (pp. 17-26). New York: Collier. (Original work published 1907).
- Frost, O. R., Krause, S. M., McMahon, J. M., Peppe, J., Evans, M., McPhee, E. A., et al. (1993). Compulsivity and superstitiousness. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 4, 423-425.
- Frost, R., Sher, K., & Geen, T. (1986). Psychopathology and personality characteristics of nonclinical compulsive checkers. *Behaviour Research and Therapy*, 24, 133-143.
- Gallup, G. H., & Newport, F. (1991). Belief in paranormal phenomena among adult Americans. *Skeptical Inquirer*, 15, 137-146.
- Goode, E. (2000). *Paranormal Belief: A Sociological Introduction*. Waveland Press, Inc., Prospect Heights, IL.
- Gorer, G. (1955). *Exploring english character : A study of the morals and behaviour of the english people*. Cresset Press, London.
- Gmelch, G. (1971). Baseball magic. In J. Spradely & D. McCurdy (Eds), *Conformity and conflict* (pp.346-352). Boston: Little, Brown, & Co.
- Gregory, J. C. (1973). *Superstitions among male and female intercollegiate athletes and non-athletes of the University of Western Ontario, 1971-1972*. Unpublished doctoral dissertation, University of Ontario. Canada.
- Gregory, J. C., & Petrie, B. M. (1975). Superstitions of Canadian intercollegiate athletes: An Inter- sport comparison. *International Review of Sport Sociology*, 10, 59-68.
- Hamerman, J. E., & Morewedge, K. C. (2015). Reliance on luck: Identifying which achievement goals elicit superstitious behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41(3), 323-335.
- Jahoda, G. (1968). Scientific training and the persistence of traditional beliefs among West African university students. *Nature*, 220, 1356.
- Jahoda, G. (1969). *The psychology of superstition*. London, WI: Alle land the penguin press.
- Irwin, H. J. (1993). Belief in the paranormal: A review of the empirical literature. *Journal of the American Society for Psychical Research*, 87(1), 1-39.
- Irwin, H. J. (2004). *An introduction to parapsychology* (4th ed.). Jefferson, NC: McFarland.

- Keinan, G. (2002). The effects of stress and desire for control on superstitious behavior. *Society for Personality and Social Psychology*, 28, 1, 102-108.
- Kay, A. C., Gaucher, D., Napier, J. L., Callan, M. J., & Laurin, K. (2008). God and the government: Testing a compensatory control mechanism for the support of external systems. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 18-35.
- Lewis, J. M., & Gallagher, T. J. (2001). The salience of Friday the 13th for college students. *College Student Journal* 35, 216-222.
- MacDonald, W. L. (1995). The effects of religiosity and structural strain on reported paranormalexperiences. *Journal for the Scientific Study of Religion* 34, 366-376.
- Mallinger, A. E. (1984). The obsessive's myth of control. *Journal of The American Academy of Psychoanalysis*, 12, 147-165.
- Malinowski, B. (1927). *Coral Gardens and Their Magic*. Routledge and Kegan, London.
- Malinowski, B. (1948). *Magic, Science and Religion*. Doubleday, Garden City.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality*. Harper and Row, New York.
- Matute, H. (1994). Learned helplessness and superstitious behavior as opposite effects of uncontrollable reinforcement in humans. *Learning and Motivation*, 25, 216-232.
- Mears, D.P., & Ellison, C. G. (2000). Who buys new age materials? Exploring sociodemographic, religious, network, and contextual correlates of new age consumption. *Sociology of Religion*, 61, 289-313.
- Mundada, D. N. (2013). Locus of control and Superstitions. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 2, 1-4
- Neil, G. (1980). The place of superstition in sport: The self-fulfilling prophesy. *Coaching Review*, 3, 40-42.
- Neil, G., Anderson, B., & Sheppard, W. (1981). Superstitions among male and female athletes at various levels. *Journal of sport Behaviour*, 4, 137-148.
- Ofori, K. P., Biddle, S., & Lavallee, D. (2012). The role of superstition among professional footballers in Ghana. *Athletic Insight*, 4, 2.
- Peterson, C. (1978). Locus of control and belief in self-oriented superstitions. *The Journal of Social Psychology*, IOS, 305-306.
- Rachman, S., & Hodgson, R. (1980). *Obsessions and compulsions*. Prentice-Hall: Englewood Cliffs, NJ.
- Reid, A., Hannon, R. J., Lau, L. L., Lee, B., McConway, J., & Soong, C.V., (2003). An expensive superstition - a Saturday flit is a short sit. *Irish Medical Journal*, 96, 121-122.
- Rice, T. W., (2003). Believe it or not: religious and other paranormal beliefs in the United States. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 42, 95-106.
- Rothbart, M., & Snyder, M. (1970). Confidence in the prediction and post diction of an uncertain outcome. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 2, 38-43.
- Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80(1), Whole No. 609.
- Rudski, J. M., Lischner, M. I., & Albert, L. M. (1999). Superstitious rule generation is affected by probability and type of outcome. *Psychological Record*, 49, 245-260.
- Sagone, E., & Caroli, E. M. (2014). Locus of control and beliefs about superstition and luck in adolescents: What's their relationship? *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 140, 318-323.
- Sagone, E., & Caroli, E. M. (2015). Beliefs about superstition and luck in external believers university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 191, 366-371.
- Salter, C. A., Routledge, L. M., (1971). Supernatural beliefs among graduate students at the University of Pennsylvania. *Nature*, 232, 278-279.
- Salzman, L. (1968). *The obsessive personality*. New York: Science House.
- Schippers, M. C., & Van Lange, P. A. M. (2006). The psychological benefits of superstitious rituals in top sport: A study among top sportspersons. *Journal of Applied Social Psychology*, 36, 10, 2532-2553.
- Seligman, M. E. P., Nolen-Hoeksema, A., Thornton, N., & Thornton, K. M. (1990). Explanatory style as a mechanism of disappointing athletic performance. *Psychological Science*, 1, 143-146.
- Spilka, B., Shaver, P., & Kirkpatrick, L. A. (1985). A general attribution theory for the psychology of religion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 24, 1-20.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
- Taylor, S. E., Lichtman, R. R., & Wood, J. V. (1984). Attributions, beliefs about control, and adjustment to breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 489-502.
- Taylor, S. E. (1989). *Positive illusions: Creative self-deception and the healthy mind*. New York: Basic Books.

- Thorton, J. S. (1990). The relationship between sexual activity and athletic performances: is it only blindfaith? *The Physician and Sport Medicine*, 18, 148-154.
- Todd, M., & Brown, C. (2003). Characteristics associated with superstitious behavior in track and field athletes: Are there NCAA divisional level differences? *Journal of Sport Behavior*, 26, 168-187.
- Togler, B. (2007). Determinants of superstition. *Journal of Socio-Economics*, 36, 713-733.
- Van Raalte, J. L., Brewer, B. W., Nemeroff, C. J., & Linder, D. E. (1991). Chance orientation and superstitious behavior on putting green. *Journal of Sport Behavior*, 14, 41-50.
- Vyse, S. A. (1997). *Believing in magic: The psychology of superstition*. New York: Oxford University Press.
- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 92, 548-573.
- Williams, M. J. (2010). *Applied Sport Psychology* (6th.ed.). New York: McGraw-Hill.
- Womack, M. (1992). Why athletes need ritual: a study of magic among professional athletes. In: Hoffman, S. (Ed.), *Sport and Religion. Human Kinetics*, Champaign, pp. 191-202.
- Wright, P. B., & Erdal, K. J. (2008). Sport superstition as a function of skill level and task difficulty. *Journal of Sport Behavior*, 31(2), 187-199.
- Zebb, J. B., & Moore, C. M. (2000). Superstitiousness and perceived anxiety control as predictors of psychological distress. *Journal of Anxiety Disorders*, 17, 115-130.
- Zusne, L., & Jones, W. H. (1989). *Anomalistic psychology: A study of magical thinking* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Υπεύθυνος έκδοσης: Ελληνική Ακαδημία Φυσικής Αγωγής, **Υπεύθυνος συντακτικής επιτροπής:** Γιάννης Θεοδωράκης, **Επιμελητές έκδοσης:** Βάσω Ζήση, Βασίλης Γεροδήμος, Αντώνης Χατζηγεωργιάδης, Θανάσης Τσιόκανος, Αθανάσιος Τζιαμούρτας, Γιώργος Τζέτζης, Θωμάς Κουρτέσης, Ευάγγελος Αλμπανιδής, Κων/να Δίπλα. **Διαχείριση-επιμέλεια-στοιχειοθεσία:** Στέφανος Πέρκος, Βασίλης Μπούγλας.

Editor -in- Chief: Hellenic Academy of Physical Education, **Head of the editorial board:** Yannis Theodorakis, **Editorial Board:** Vaso Zissi, Vasilis Gerodimos, Antonis Chatzigeorgiadis, Thanassis Tsiokanos, Athanasios Jamurtas, Giorgos Tzetzis, Thomas Kourtessis, Evangelos Albanidis, Konstantina Dipla. **Editorial management:** Stefanos Perkos, Vasilis Bouglas