

# Cechy osobowości jako predyktory uważności u Mistrzów Świata Sztuki Iluzji FISM

Wojciech Napura\*

Wydział Nauk Społecznych,  
Uniwersytet Humanistyczno-Przyrodniczy  
im. Jana Długosza w Częstochowie  
0000–0002–4224–9563

Guilhem Julia

*Institut de Recherche pour un Droit Attractif,  
Université Sorbonne Paris Nord, Paryż, Francja*

## STRESZCZENIE

### **Cel**

Celem badania było sprawdzenie, jak cechy osobowości modelu Wielkiej Piątki wiążą się z poziomem uważności u Mistrzów Świata Sztuki Iluzji FISM.

### **Metoda**

Uczestnikami byli laureaci FISM (N = 50) z 20 krajów. Do pomiaru cech osobowości i uważności, odpowiednio, użyto International Personality Item Pool Big Five Markers 50 (IPIP-BFM-50) oraz Skali Uważnej Obecności (MAAS).

### **Wyniki**

Analiza regresji wykazała, że stabilność emocjonalna i sumienność wyjaśniają 47% uważności u laureatów FISM.

### **Wnioski**

Tylko dwie cechy osobowości przewidywały uważność u badanych iluzjonistów, co należy interpretować jako wynik wstępny.

**Słowa kluczowe:** osobowość, uważność, sztuka iluzji, iluzjoniści.

---

<sup>1</sup> Autor korespondencyjny: Wojciech Napura, Wydział Nauk Społecznych, Uniwersytet Humanistyczno-Przyrodniczy im. Jana Długosza w Częstochowie, ul. Waszyngtona 4/8, Częstochowa, Polska; e-mail: w.napura@ujd.edu.pl.

## WPROWADZENIE

### Magia jako sztuka iluzji

Sztukę iluzji można zdefiniować jako „teatralną sztukę tworzenia iluzji niemożliwości w rozrywkowy sposób” (Reynolds, 2012, s. 27). Profesja artystów sztuki iluzji wymaga od nich osobowościowych predyspozycji, odpowiedniego podejścia do widowni oraz wiedzy dotyczącej funkcjonowania ludzkiego umysłu (Wiseman, 2011). Efekty iluzjonistyczne dzieją się nie tylko w dłoniach iluzjonisty, ale również w umyśle widza. Bardzo często alternatywna rzeczywistość kreowana przez iluzjonistę jest bardziej atrakcyjna niż otaczająca rzeczywistość, ale widownia zdaje sobie sprawę, że to czego doświadcza to tylko iluzja (Reynolds, 2012). Jak podkreśla Robert-Houdin (1858), iluzjonista powinien być przekonujący w sztuce, którą wykonuje; iluzjonista to aktor, który gra rolę magika. Z tego powodu, występ iluzjonistyczny może nosić miano aktu. Czasem iluzjonista może być postrzegany jako taki, który posiada ponadnaturalną moc (Julia, 2014).

Sztuka iluzji jest przedmiotem badań coraz częściej poruszanych na gruncie psychologii. Wiele badań skupia się na psychologii eksperymentalnej i poznawczej, dotyczą one spostrzegania ruchu przez widownię (Binet, 1894; Kuhn, Martinez, 2012), wykorzystania zasad typowych dla psychologii Gestalt w iluzjonistycznych efektach (Barnhart, 2010) lub siły sugestii (Wiseman, Greening, 2005). Dotychczasowe badania sugerują, że iluzjoniści w wyjątkowy sposób manipulują uwagą i używają technik związanych z odwracaniem uwagi i wskazówkami społecznymi (Kuhn, Martinez, 2012; Kuhn, Tatler, Cole, 2009). Ekroll wraz ze współpracownikami (2021) wykazali, że iluzja „nieobecności” podczas oglądania iluzjonistycznych efektów może być tożsama z tym samym procesem, na który są podatni kierowcy w momencie powodowania wypadków drogowych. Napora i Sękowski (2020) porównali iluzjonistów z aktorami pod kątem inteligencji emocjonalnej i kompetencji społecznych, Denisiuk (2020) porównała jakość życia iluzjonistów i rehabilitantów, a z kolei Huycke (2014) wykazała, że uczenie się i prezentowanie magicznych efektów prowadzi do wzrostu poziomu samooceny. Jednak wciąż niewiele jest w literaturze badań dotyczących cech osobowości iluzjonistów, zwłaszcza tych pochodzących z wyjątkowej grupy artystów, tj. Fédération Internationale des Sociétés Magiques (FISM), czyli międzynarodowej organizacji, która co trzy lata organizuje Mistrzostwa Świata w Sztuce Iluzji. W tej grupie badanych, poczucie własnej skuteczności i optymizm okazały się predyktorami samooceny w badaniu Napory (2021).

### Uważność w sztuce iluzji

Uważność jest definiowana w psychologii jako specyficzny stan uwagi, wynikający z ciągłego kierowania jej na to, co dzieje się w danej chwili, w sposób nieoceniający (Kabat-Zin, 2003). Uważność jest również rozumiana jako cecha, pewien stan docelowy, w którym osoba ma dostęp do znacznie rozszerzonych zasobów uwagi, takich jak bodźce, idee, myśli, uczucia i reakcje (Hagen, 2003). Uważność oznacza zdolność uwagi do dostrzegania szczegółów z peryferyjnego pola

percepcyjnego, ich zapisu przedwerbalnego i zapamiętywania (Scharmer, 2009). Ten konstrukt psychologiczny opisywany jest również jako stan charakteryzujący się otwartością na nowe doświadczenia, wrażliwością na otoczenie, świadomością różnych perspektyw patrzenia na tę samą rzecz i zorientowaniem na terażniejszość (Siegling, Petrides, 2014). Dotychczasowe badania dotyczące uważności wykazały, że uważność może być negatywnym predyktorem rozregulowania emocjonalnego (Vujanovic i in., 2010), może poprawiać jakość relacji społecznych, np. związanych z budowaniem bliskości z innymi (Brown, Ryan, 2003), może wpływać na lepszą adaptację w miejscu pracy i zapewniać lepszą jakość relacji ze współpracownikami (McCormic, Hunter, 2008). Wraz ze wzrostem poziomu uważności spada odczuwany poziom stresu i niepokoju (Kabat-Zin i in., 1998).

Koncepcja uważności nigdy nie została podjęta w badaniach empirycznych z uwzględnieniem grupy profesjonalnych iluzjonistów. Dotychczasowe badania skupiały się na muzykach (Czajkowski, Greasley, Allis, 2020; Sousa, Machado, Greten, Coimbra, 2016), wokalistach (Sandage, 2011) czy tancerzach (Serrano, Espírito-Santo, 2017). Farnsworth-Grodd i Cameron (2013) wykazały pozytywny związek między uważnością a procesami myślowymi (i emocjonalnymi) w kontekście sztuk performatywnych. Zając-Jamróż (2018) wykazała, że uważność nie tylko umożliwia skuteczniejszą komunikację i pomaga zmniejszyć stres związany z wystąpieniami publicznymi, ale także otwiera jednostkę na przekaz emocjonalny.

Jak wskazuje Diaz (2013), sztuki performatywne i uważność można uznać za podobne konstrukty – oba wymagają skupienia się na chwili obecnej. Będąc tu i teraz, iluzjoniści modyfikują swoje zachowanie i adaptują je do reakcji publiczności oraz odczytują ich mowę ciała. Uważność jest ważnym czynnikiem w sztuce, w której jednostka jest zaangażowana w proces tworzenia (Robinson, 2016). Według Messa (2016) uważność może zwiększyć jakość przedstawienia iluzjonistycznego, czyniąc wykonawcę bardziej świadomym, skoncentrowanym i reagującym na publiczność. Uważność pozwala skupić się na przedstawieniu i umożliwia lepszą koncentrację nie tylko podczas samego występu, ale także przed wyjściem na scenę. „Uważność może się również przydać, aby wyzwolić emocje, wspomnienia, które dają artyście energię lub „poczucie” wcześniejszych doświadczeń, które są kluczowe dla jego bieżącej pracy” (Robinson, 2016, s. 71). Niezbędne jest uwzględnienie emocji w pokazie iluzji (Landman, 2018; Napora, Sękowski, 2020; Ortiz, 1994). Uważność przejawia się także w aktywnym reagowaniu na bieżące sytuacje, które mają miejsce podczas spektaklu; te reakcje są związane bezpośrednio z osobowością wykonawcy. Iluzjonista staje się w pełni uważny, wówczas kiedy prezentowane efekty magiczne są doskonale opanowane i może skupić się na doświadczaniu „tu i teraz” (Denisiuk, 2017). Burger (2017) podkreśla rolę uważności w nauce sztuki iluzji.

## **Cechy osobowości i uważność profesjonalnych iluzjonistów**

Model Wielkiej Piątki (Goldberg, 1981, 1990) jest obecnie najbardziej znaną i najszerzej stosowaną taksonomią cech osobowości, która obejmuje ekstrawersję (surgencję), ugodowość, sumienność, stabilność emocjonalną (przeciwność

neurotyczności) i intelekt (otwartość lub wyobraźnia). Wcześniejsze badania wykazały, że uważność jest powiązana z pięcioma głównymi czynnikami osobowości (Brown, Ryan, 2003).

### Intelekt

Według Chamorro-Premuzica, Furhnama i Reimersa (2007, s. 85) „cecha osobowości, która wydaje się najbardziej istotna, jeśli chodzi o przewidywanie wyższych poziomów ogólnych preferencji artystycznych, to otwartość na doświadczenie, cecha, która odnosi się do różnic indywidualnych we wrażliwości estetycznej, ciekawości intelektualnej, wyobraźni i dążeniu do innowacji”. Poprzednie badania wskazują, że dyspozycja do bycia uważnym w życiu codziennym pozytywnie koreluje z otwartością na doświadczenia (Brown, Ryan, 2003). Wonder i Minch (2012) sugerują, że iluzjoniści powinni występować najczęściej jak to możliwe, próbując nowych efektów magicznych i występując w nowych miejscach, ponieważ otwartość na nowe doświadczenia ułatwia poznawanie nowych okoliczności i sprzyja budowaniu warsztatu artystycznego.

### Stabilność emocjonalna

Osoby neurotyczne (tj. niestabilne emocjonalnie) są bardziej podatne na negatywne emocje, co utrudnia im bycie uważnym (Brown, Ryan, 2003). W kontekście profesjonalnych występów iluzjonistycznych, doświadczanie negatywnych emocji podczas występów na żywo ogranicza uważność i uniemożliwia bycie obecnym „tu i teraz”, co może mieć negatywny wpływ na poziom wykonawstwa scenicznego.

### Sumiennność

Cecha ta opisuje osoby, które są dobrze zorganizowane, odpowiedzialne i pracowite (Goldberg, 1992), pozwala zaangażować się w proces bycia obecnym i świadomym „tu i teraz”; dotychczasowe badania pokazują, że sumiennność koreluje pozytywnie z uważnością (Hanley, 2015; Latzman, Masuda, 2013). Sumiennność wydaje się niezbędna w ćwiczeniu magicznych efektów, podobnie jak wytrwałość w dążeniu do celu i wygrywanie mistrzostw.

### Ugodowość

Ugodowość oznacza stosunek do innych ludzi, tj. osobistą orientację, która przejawia się w altruizmie vs antagonizmie oraz w przeżywanych uczuciach, myślach i działaniach; osoba ugodowa jest ufna, uprzejma, troskliwa i czuła, a także chętna do współpracy i pomocy innym (Goldberg, 1992). Uważność wiąże się z rozwojem kompetencji emocjonalnych i społecznych, byciem spokojnym, altruistycznym, społecznie otwartym (Baer, 2003). Ugodowość wydaje się być związana z uważnością, ponieważ obie zmienne mają wiele wspólnego z empatią i współczuciem (Kabat-Zinn, 1990). Niektóre badania potwierdzają ten związek (Latzman, Masuda, 2013; Ortet i in., 2020), inne nie (Van den Hurk i in., 2011). Sztuka iluzji wymaga odpowiedniego podejścia do publiczności i zrozumienia emocji, jakie wywołuje

prezentowany spektakl (Hoffman, 2015; Ortiz, 1994). Co więcej, osiągnięcie wysokiego poziomu w sztuce iluzji wymaga współpracy z innymi, ponieważ inne osoby również bywają zaangażowane w proces udoskonalania repertuaru iluzjonisty. Ponadto wielu Mistrzów Świata FISM organizuje seminaria dla innych iluzjonistów.

### Surgencja

Osoby ekstrawertywne są z reguły aktywne, energiczne, towarzyskie, rozmowne, odważne i asertywne (Strus, Ciecuch, Rowiński, 2014). Ekstrawertycy wydają się mieć dużą potrzebę stymulacji, w przeciwieństwie do uważności, która charakteryzuje ludzi o spokojnym usposobieniu. Pojęcie to sugeruje negatywną relację między surgencją a uważnością. Warto zauważyć, że iluzjoniści są bardziej asertywni niż niewystępujący i aktorzy teatralni (Napora, Sękowski, 2020). Do odpowiedniego prezentowania sztuki iluzji, wykonawca musi być otwarty na ludzi, umieć nawiązać kontakt z publicznością i wejść z nią w interakcję (Brown, 2000).

Celem prezentowanego badania jest wskazanie na relacje jakie zachodzą pomiędzy cechami osobowości a uważnością u Mistrzów Świata Sztuki Iluzji FISM.

## METODA

### Grupa badana i procedura

Badacze kontaktowali się z uczestnikami poprzez media społecznościowe oraz za pośrednictwem poczty elektronicznej i informowali o celu i anonimowości badania, o możliwości wycofania się w dowolnym momencie oraz o tym, że za udział w badaniu nie otrzymają gratyfikacji finansowej. Zgodę na udział w badaniu wyraziło 50 (96% mężczyzn) profesjonalnych iluzjonistów (wiek:  $M = 43,7$ ;  $SD = 12,3$ ). Pochodzili z dwudziestu krajów (tabela 1) i byli laureatami Mistrzostw FISM (organizacji zrzeszającej iluzjonistów i organizującej co 3 lata Mistrzostwa Świata w Sztuce Iluzji; Napora, 2021). Pomimo że język angielski nie był językiem ojczystym większości respondentów, ich poziom zrozumienia języka angielskiego był wystarczający do wypełnienia angielskich wersji narzędzi wykorzystanych w badaniu, które zostały przedstawione poniżej.

Tabela 1

#### Kraj pochodzenia badanych osób

Kraj	Ilość	Procent
Australia	1	2
Austria	1	2
Chiny	1	2
Finlandia	2	4

ciąg dalszy Tabeli 1

Kraj	Ilość	Procent
Francja	4	8
Hiszpania	7	12
Hong Kong	1	2
Japonia	2	4
Kanada	1	2
Korea Południowa	1	2
Niderlandy	3	6
Niemcy	10	20
Polska	1	2
Rumunia	1	2
Stany Zjednoczone	4	8
Szwajcaria	2	4
Szwecja	3	6
Tajwan	3	6
Wielka Brytania	1	2
Włochy	1	2
<b>Suma</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

## Narzędzia

### Uważność

Skala Świadomej Obecności – Mindful Attention Awareness Scale (MAAS) (Brown, Ryan, 2003) – składa się z 15 pozycji ocenianych na 5-punktowej skali odpowiedzi Likerta. Im wyższe wyniki w kwestionariuszu, tym wyższy poziom uważności, rozumianej jako świadomość obecnych wydarzeń i doświadczeń (Brown, Ryan, 2003). Poziom rzetelności alfa Cronbacha w przeprowadzonym badaniu był na poziomie 0,90. Przykładowe pozycje: „Potrafię doświadczać pewnych emocji i nie być ich świadomym przez pewien czas”, „Jestem tak skoncentrowany/a na celu, jaki chcę osiągnąć, że tracę kontakt z tym, co obecnie robię, aby go zdobyć” (Radoń, 2014).

### Cechy osobowości

International Personality Item Pool Big Five Markers 50 (IPIP-BFM-50, Goldberg, 1992) to kwestionariusz, który mierzy pięć czynników osobowości zidentyfikowanych

w tradycji leksykalnej. Składa się z 50 krótkich zdań dotyczących zachowań, które mogą być mniej lub bardziej typowe dla respondenta, który musi je ocenić na 5-stopniowej skali odpowiedzi Likerta (przykładowe pozycje: „Jestem duszą towarzystwa”, „Wczuwam się w emocje innych”, „Przywiązuję wagę do szczegółów”, „Zwykle jestem zrelaksowany/a”, „Mam bujną wyobraźnię” (Strus, Ciecuch, Rowiński, 2014). Współczynniki rzetelności (alfa Cronbacha) w tym badaniu wynosiły: 0,75 (surgencja), 0,77 (ugodowość), 0,63 (sumienność), 0,78 (stabilność emocjonalna) i 0,74 (intelekt).

## WYNIKI

W nawiązaniu do statystyk opisowych (tabela 2) próba charakteryzowała się rozkładem normalnym, co umożliwiło zastosowanie parametrycznych testów statystycznych. Analiza dwustronnych korelacji r-Pearsona wykazała, że uważność koreluje z dwoma wymiarami osobowości (tabela 2). Korelacja z sumiennością jest umiarkowana i dodatnia, natomiast korelacja ze stabilnością emocjonalną jest dodatnia, a siła związku wysoka. Obie te cechy są istotnymi statystycznie predyktorami w modelu regresji wielokrotnej ( $F(2,47) = 22,92; p = 0,005$ ), wyjaśniając 47% wariacji uważności (standaryzowane *B*s: 0,60 dla stabilności emocjonalnej i 0,31 dla sumienności,  $p < 0,001$ ).

**Tabela 2**

**Korelacje pomiędzy uważnością a cechami osobowości oraz statystyki opisowe**

	Uważność	<i>p</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Uważność			32,00	88,00	59,80	13,51
Surgencja	0,20	0,170	20,00	47,00	33,42	6,42
Ugodowość	0,20	0,174	26,00	49,00	37,64	5,90
Sumienność	0,37**	0,009	22,00	50,00	33,06	5,79
Stabilność emocjonalna	0,63**	0,000	20,00	46,00	33,76	7,08
Intelekt	0,13	0,383	24,00	50,00	39,98	5,94

## DYSKUSJA

Głównym celem niniejszego badania było ustalenie związku zachodzącego pomiędzy cechami osobowości Wielkiej Piątki a uważnością u profesjonalnych iluzjonistów (Mistrzów Świata Sztuki Iluzji FISM). Tylko dwie cechy osobowości,

tj. stabilność emocjonalna i sumienność, okazały się predyktorami uważności. Podobne wyniki uzyskali Latzman i Masuda (2013) oraz Ortet i współpracownicy (Ortet i in., 2020), ale w ich badaniach uważność korelowała również z innymi cechami osobowości. Możliwe, że nieistotne związki między uważnością a surgencją, ugodowością i intelektem mogą wynikać z małej liczebności próby i akceptowalnej, ale niesatysfakcjonującej rzetelności skali IPIP – BFM-50.

Stabilność emocjonalna okazała się najsilniejszym predyktorem uważności u profesjonalnych iluzjonistów. Bycie uważnym wymaga opanowania emocjonalnego, poczucia harmonii z samym sobą i odpowiedniego poziomu samoświadomości. Wcześniejsze badania wykazały, że uważność wiąże się z niskim poziomem neurotyzmu, czyli przeciwieństwem stabilności emocjonalnej (Baer i in., 2006). Stabilność emocjonalna może przekładać się na większą zdolność jednostki do tolerowania i akceptowania różnych myśli, emocji i osobistych doświadczeń (Giluk, 2009). Zdolność do kontrolowania emocji jest niezbędna w treningu i występowaniu jako iluzjonista – pozwala na kontrolę zachowania (Stone, 2011). Umożliwia również iluzjoniście odpowiedni poziom wykonawstwa związanego z manipulacją obiektami oraz wzmacnia możliwość koncentracji na byciu „tu i teraz”. Stabilność emocjonalna, dzięki uważności, wiąże się z lepszym podejmowaniem decyzji, poprawia znajomość własnych ograniczeń i zwiększa zakres percepcji, eliminując nawet tzw. ślepotę z nieuwagi, czyli mechanizm często wykorzystywany przez artystów sztuki iluzji w pokazach iluzjonistycznych (Robinson, 2016).

Sumienność okazała się być drugim predyktorem uważności, podobny rezultat uzyskali Siegling i Patrides (2014). Tym, co łączy te dwie zmienne, jest orientacja na obecne doświadczenia oraz stan „tu i teraz”. Bycie uważnym wymaga sumienności i cierpliwości. Sumienność można uznać za przeciwieństwo braku skupienia, czyli stan, na który iluzjoniści nie mogą sobie pozwolić. Jak wskazuje Carney (2012), wytrwałość w dążeniu do celu jest podstawą treningu, niezbędną do osiągnięcia wysokiego poziomu umiejętności w sztuce iluzji. Według Giluk (2009, s. 806) „osoby sumienne są zazwyczaj niezawodne, odpowiedzialne, przestrzegające zasad i zorientowane na osiągnięcia”. Cechy te zdają się charakteryzować uczestników przeprowadzonego badania – takie osiągnięcie, jak zajęcie miejsca na podium Mistrzostw Świata w Sztuce Iluzji z pewnością wymaga pracowitości i niezwykle zaangażowania oraz wytrwałego dążenia do celu w całym procesie przygotowań, nie tylko do udziału w mistrzostwach, ale również do innych występów związanych ze sztuką iluzji (Mess, 2016).

Głównym ograniczeniem obecnego badania jest brak grupy kontrolnej, co uniemożliwia ocenę, czy wykryty wzorzec związków między uważnością a cechami osobowości jest specyficzny dla badanej grupy iluzjonistów czy nie. Kolejnym ograniczeniem jest wielkość próby ( $N = 50$ ) – mały ze statystycznego punktu widzenia, ale stosunkowo duży, gdy weźmie się pod uwagę unikatowość badanej próby. Przyszłe badania, oprócz powtórzenia tego badania z grupą kontrolną, mogą koncentrować się na innych zmiennych psychologicznych ważnych dla profesjonalnych iluzjonistów, na przykład satysfakcji z pracy lub potrzebie aprobaty społecznej, ponieważ oba wydają się silnie powiązane z profesją występujących artystów.



## BIBLIOGRAFIA

- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review, *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10, 125–143. DOI: <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg015>.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13, 27–45. DOI: <https://doi.org/10.1177/1073191105283504>.
- Barnhart, A. S. (2010). The exploitation of Gestalt principles by magicians. *Perception*, 39(9), 1286–1289. DOI: <https://doi.org/10.1068/p6766>.
- Binet, A. (1894). *Psychology of prestidigitation*. Annual Report of the Board of Regents of the Smithsonian Institution. Washington: U.S. Government Printing Office.
- Brown, D. (2000). *Pure effect*. London: H&R Magic Books.
- Brown, K. W., Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 822–848. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>.
- Burger, E. (2017). *Teaching Magic: A Book for Students and Teachers of the Art*. Memphis: Theory and Art of Magic Press.
- Carney, J. (2012). Approach and Artifice. W: J. Jay (red.), *Magic in Mind* (s. 49–57). Blackpool: Vanishing INC.
- Chamorro-Premuzic, T., Furnham, A., Reimers, S. (2007). The artistic personality. *The Psychologist*, 20(2), 84–87.
- Czajkowski, A.-M. L., Greasley, A. E., Allis, M. (2020). Mindfulness for musicians: A mixed-methods study investigating the effects of 8-week mindfulness courses on music students at a leading conservatoire. *Musicae Scientiae*, 0, 1–21. DOI: <https://doi.org/10.1177/1029864920941570>.
- Denisiuk, P. (2017). *Busking*. Warszawa: Wydawnictwo Mimello.
- Denisiuk, P. (2020). Jakość życia polskich iluzjonistów. W: E. Zasepa (red.). *Jakość życia człowieka w zdrowiu i w chorobie*, (s. 66–80). Warszawa: Difin.
- Diaz, F. M. (2013). Mindfulness, attention, and flow during music listening: An empirical investigation. *Psychology of Music*, 41(1), 42–58. DOI: <https://doi.org/10.1177/0305735611415144>.
- Ekroll, V., Svalebjørg, M., Pirrone, A., Böhm, G., Jentschke, S., van Lier, R., Wagemans, J., Høye, A. (2021). The illusion of absence: how a common feature of magic shows can explain a class of road accidents. *Cognitive Research: Principles and Implications*, 6(22), 2–16. DOI: <https://doi.org/10.1186/s41235-021-00287-0>.
- Farnsworth-Grodd, V. A., Cameron, L. (2013). Mindfulness and the self-regulation of music performance anxiety. W: A. Williamon, W. Goebel (red.) *Proceedings of the International Symposium on Performance Science 2013*, (s. 317–322). Brussels Association Européenne des Conservatoires.
- Giluk, T. (2009). Mindfulness, Big Five personality, and affect: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 47(8), 805–811. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.06.026>.

- Goldberg, L. R. (1981). Language and individual differences: The search for universals in personality lexicons. W: L. Wheeler (red.), *Review of personality and social psychology* (s. 141–165). California: Sage.
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative “description of personality”. The Big Five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1216–1229.
- Goldberg, L. R. (1992). The development of markers of Big Five factor structure. *Psychological Assessment*, 4(1), 26–42.
- Hagen, S. (2003). *Buddhism is not what you think: Finding freedom beyond beliefs*. New York: HarperCollins Publishers.
- Hoffman, R. (2015). *Sekrety Mentalisty*. Będzin: Wydawnictwo E-bookowo.
- Huycke, S. (2014). *The Effect of Magic as a Therapeutic Recreation Intervention on the Self-Esteem and Depression of Older Adults in Long-Term Care Facilities*. Praca magisterska. Greensboro: The University of North Carolina at Greensboro.
- Julia, G. (2014). Lex Magica: a Lex Mercatoria reflection. *Thomas Jefferson Law Review*, 37(1), 125–138.
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. New York: Delacourt.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144–156. DOI: <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg016>.
- Kabat-Zinn, J., Wheller, E., Light, T., Skillings, A., Scharf, M. J., Cropley, T. G., Hosmer, D., Bernhard, J. D. (1998). Influence of a mindfulness meditation-based stress reduction intervention on rates of skin clearing in patients with moderate to severe psoriasis undergoing phototherapy (UVB) and photochemotherapy (PUVA). *Psychosomatic Medicine*, 60(5), 625–632. DOI: <https://doi.org/10.1097/00006842-199809000-00020>.
- Kuhn, G., Martinez, L. M. (2012). Misdirection- past, present, and the future. *Frontiers in Human Neuroscience*, 5, 172. DOI: <https://doi.org/10.3389/fnhum.2011.00172>.
- Kuhn, G., Tatler, B. W., Cole, G. G. (2009). You look where I look! Effect of gaze cues on overt and covert attention in misdirection. *Visual Cognition*, 17(6), 925–944. DOI: <https://doi.org/10.1080/13506280902826775>.
- Landman, T. (2018). Academic Magic: Performance and the Communication of Fundamental Ideas. *Journal of Performance Magic*, 5(1), 1–21.
- Latzman, R. D., Masuda, A. (2013). Examining mindfulness and psychological inflexibility within the framework of Big Five personality. *Personality and Individual Differences*, 55(2), 129–134. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.02.019>.
- McCormick, D. W., Hunter, J. (2008). Mindfulness in the Workplace: An Exploratory Study. Paper presented at the 2008 *Academy of Management Annual Meeting Anaheim*, California.
- Mess, M. (2016). *Secrets of Mindfulness for Magicians*. New York: Jason Messina Mixed Media.
- Napora, W. (2021). Do ego-resiliency, self-efficacy and life orientation predict self-esteem of top world magicians? An international study. *Psychological Thoughts* 14(1), 194–210. DOI: <https://doi.org/10.37708/psyc.v14i1.578>.

- Napora, W., Sękowski, A. (2020). Różnice psychologiczne pomiędzy aktorami teatralnymi a iluzjonistami w zakresie kompetencji społecznych i inteligencji emocjonalnej. *Polskie Forum Psychologiczne*, 25(4), 450–468. DOI: <https://doi.org/10.14656/PFP20200405>.
- Ortet, G., Pinazo, D., Walker, D., Gallegro, S., Mezquita, L., Ibanez, M. I. (2020). Personality and nonjudging make you happier: Contribution of the Five-Factor Model, mindfulness facets and a mindfulness intervention to subjective well-being. *PLoS ONE*, 15(2). DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0228655>.
- Ortiz, D. (1994). *Strong Magic: Creative Showmanship for the Close-Up Magician*. Silver Spring: Kaufman and Greenberg.
- Radoń, S. (2014). Walidacja Skali Świadomej Obecności. *Studia Psychologica*, 14(1), 51–70.
- Reynolds, C. (2012). On A Definition of Magic. W: J. Jay (red.), *Magic in Mind* (s. 27–34). Blackpool: Vanishing Inc.
- Robert-Houdin, J.-E. (1858). *Confidences d'un prestidigitateur*. Paris: Librairie Nouvelle.
- Robinson, B. (2016). *Artful Mindfulness*. Cairo: The Sphinx Publishing Co.
- Sandage, M. J. (2011). Mindfulness and voice – A key to optimal performance? *The Voice*, 15(4), 5–6. DOI: <https://doi.org/10.1177/20592043211044816>.
- Scharmer, O. (2009). *Theory U: Leading from the Future as it Emerges*. Oakland: Berrett-Koehler Publishers.
- Serrano, T., Espirito-Santo, H. A. (2017). Music, ballet, mindfulness and psychological inflexibility. *Psychology of Music*, 45(5), 1–4. DOI: <https://doi.org/10.1177/0305735616689298>.
- Siegling, A. B., Patrides, K. V. (2014). Measures of trait mindfulness: Convergent validity, shared dimensionality, and linkages to the five-factor model. *Frontiers in Psychology*, 5, 1164. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01164>.
- Sousa, C. M., Machado, J. P., Greten, H. J., Coimbra, D. (2016). Occupational diseases of professional orchestra musicians from Northern Portugal: A descriptive study. *Medical Problems of Performing Artists*, 31(1), 8–12. DOI: <https://doi.org/10.21091/mppa.2016.1002>.
- Stone, D. (2011). *Close Up The Real Secrets of Magic*. Paris: Magic Zoom Entertainment.
- Strus, W., Ciecuch, J., Rowiński, T. (2014). Polska adaptacja kwestionariusza IPIP-BFM-50 do pomiaru pięciu cech osobowości w ujęciu leksykalnym. *Roczniki Psychologiczne*, 17(2), 327–346.
- Van den Hurk, P. A. M., Wiggins, T., Giommi, F., Barendregt, H. P., Speckens, A. E. M., Van Schie, H. T. (2011). On the Relationship Between the Practice of Mindfulness Meditation and Personality—an Exploratory Analysis of the Mediating Role of Mindfulness Skills. *Mindfulness*, 2, 194–200. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12671-011-0060-7>.
- Vujanovic, A. A., Bonn-Miller, M. O., Bernstein, A., McKee, L.G., Zvolensky, M. J. (2010). Incremental validity of mindfulness skills in relation to emotional dysregulation among a young adult community sample. *Cognitive Behavioral Therapy*, 39(3), 203–213. DOI: <https://doi.org/10.1080/16506070903441630>.
- Wiseman, R. (2011). *Paranormality: Why we see what isn't there*. New York: Macmillan Publishers.

- Wiseman, R., Greening, E. (2005). It's still bending: Verbal suggestion and alleged psychokinetic ability. *British Journal of Psychology*, 96(1), 115–127. DOI: <https://doi.org/10.1348/000712604X15428>.
- Wonder, T., Minch, S. (2012). The Limitations of Theory. W: J. Jay (red.), *Magic in Mind* (s. 17–26). Blackpool: Vanishing Inc.
- Zajac-Jamróz, J., (2018). Między słowem a ciałem. O warsztacie aktora w Teatrze Fizycznym. *Spoleczeństwo Edukacja Język*, 8, 31–39. DOI: [https://doi.org/10.19251/sej/2018.8\(3\)](https://doi.org/10.19251/sej/2018.8(3)).

---

### Podziękowania

Dziękujemy następującym Laureatom FISM za udział w badaniu (kolejność alfabetyczna): Alec Tsai, Alexis Arts, Andost, Antonio Romero, Arthur Trace, Bill Cheung, Charlie Caper, Christian Bischof, Danny Cole, Gaston Florin, Ger Copper, Hannes Freytag, Hector Mancha, Henry Harrius, Horret Wu, Jakob Mathias, Jan Ditgen, Javi Benitez, Javier Botia, Jean-Jacques Sanvert, Johan Stahl, Julius Frack, Lodewijk de Widt, Magic Christian, Miguel Puga, Mikael Szanyiel, Nathalie Romier, Nicholas Einhorn, Patrick Lehnen, Pere Rafart, Peter Brynolf, Read Chang, Rob & Emiel, Robert Jagerhorn, Shawn Farquhar, Siebensinn, Simo Aalto, Sławomir Piestrzeniewicz, Tenthorey Pierric, The Mind-Reading Revolution, Toni Cachadina, Yuki Iwane, Yukihiko Katayama. Dziękujemy również wszystkim laureatom, którzy pragnęli pozostać anonimowi.