

SALUD, PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

**ESTRATEGIAS AUTOPROTECTORAS Y AUTOESTIMA EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS****María del Mar Ferradás Canedo**

Departamento de Psicología. Universidade da Coruña (España)

mar.ferradasc@udc.es

**Carlos Freire Rodríguez**

Departamento de Psicología. Universidade da Coruña (España)

*Fecha de Recepción: 7 Marzo 2019**Fecha de Admisión: 30 Abril 2019***RESUMEN**

La alta exigencia académica que caracteriza a la etapa universitaria aboca a algunos estudiantes a priorizar la protección de sus propias creencias de valía personal ante la amenaza de un bajo rendimiento. Con este objetivo autoprotector, estrategias como el self-handicapping o el pesimismo defensivo destacan por su relativamente elevada prevalencia en entornos universitarios. Sin embargo, la investigación precedente arroja resultados controvertidos respecto a la relación (positiva o negativa) entre estas estrategias y la autoestima de los estudiantes. El objetivo del presente estudio es analizar si existen diferencias en el nivel de autoestima en función del grado (bajo, medio o alto) de utilización de las estrategias de self-handicapping (conductual y alegado) y pesimismo defensivo. Participaron en la investigación 691 estudiantes de la Universidade da Coruña ( $M_{\text{edad}} = 21.35$ ;  $DT = 3.75$ ), de los cuales 594 (86%) eran mujeres. Los tres niveles (bajo, medio y alto) de self-handicapping (conductual y alegado) y de pesimismo defensivo se determinaron con base en los percentiles 33 y 66. Las diferencias entre los tres niveles (variables independientes asignadas) en la variable autoestima (variable dependiente) se analizaron mediante un ANOVA de tres factores. Se estimó también el tamaño del efecto mediante el estadístico  $d$  de Cohen. Los resultados evidenciaron que, en las tres estrategias consideradas, el grupo de nivel medio mostraba unos niveles significativamente más elevados de autoestima que los estudiantes del grupo bajo y del grupo alto. Estos resultados sugieren que el self-handicapping y el pesimismo defensivo logran su objetivo de proteger la autoestima cuando su utilización es moderada, pero resultaría menos eficaz cuando la utilización de estas estrategias es más elevada. Se discuten las implicaciones psicoeducativas de estos resultados, prestando especial atención hacia aquellos factores del proceso de enseñanza-aprendizaje universitario que pueden incrementar la vulnerabilidad de algunos estudiantes a las estrategias de autoprotección.

**Palabras clave:** self-handicapping; pesimismo defensivo; autoprotección; autoestima; estudiantes universitarios

### ABSTRACT

**Self-worth protection strategies and self-esteem in a sample of university students.** The high academic demand that characterizes the university stage leads some students to prioritize the protection of their own beliefs of personal worth before getting a poor performance. With this self-protective goal in mind, strategies such as self-handicapping or defensive pessimism stand out for their relatively high prevalence in university environments. However, previous research showed controversial results regarding the relationship (positive or negative) between these strategies and the students' self-esteem. This study aimed to analyze if there were differences in the level of self-esteem according to the degree (low, medium or high) of self-handicapping (behavioral and claimed) and defensive pessimism strategies. 691 students ( $M_{age} = 21.35$ ;  $SD = 3.75$ ) from the University of A Coruña took part in the study. 594 participants (86%) were women. The levels (low, medium, and high) of self-handicapping (behavioral and claimed) and defensive pessimism were determined based on the 33rd and 66th percentiles, which were taken as cut points. The differences in self-esteem (dependent variable) according to the level of each self-protection strategy (assigned independent variables) were analyzed using a three-factor ANOVA. Additionally, the effect size was estimated using the Cohen  $d$  statistic. In the three considered strategies, the results showed that the medium group was significantly related with higher levels of self-esteem than the low and the high group. These results suggest that self-handicapping and defensive pessimism achieve the goal of protecting self-esteem when their use is moderate, but they would be less effective when their use is high. The psychoeducational implications of these results are discussed, paying special attention to those factors of the university teaching-learning process that may increase the vulnerability of some students to the self-protection strategies.

**Keywords:** self-handicapping; defensive pessimism; self-protection; self-esteem; university students

### ANTECEDENTES

Contextos de logro altamente exigentes como el universitario abocan a algunos estudiantes a encarar el día a día académico con el temor a un bajo rendimiento. De acuerdo con la teoría de la autovalía (Covington, 1992), en estos estudiantes altamente condicionados por el miedo al fracaso subyace arraigada la idea de que un bajo rendimiento es sinónimo de baja valía personal. En otras palabras, rendir por debajo de ciertos estándares (ya sean autoimpuestos o determinados extrínsecamente) supone para estos estudiantes un inequívoco mensaje de baja competencia. Esta equiparación entre rendimiento y capacidad constituye, así pues, una importante amenaza para la autoestima, por lo que estos estudiantes, en vez de afrontar las tareas académicas con afán de éxito, priorizan sobremanera la adopción de alguna estrategia que les permita salvaguardar sus sentimientos de valía personal ante un potencial fracaso.

De entre estas estrategias autoprotectoras, el self-handicapping y el pesimismo defensivo sobresalen por su relativa alta prevalencia en la etapa universitaria (Martin y Marsh, 2003). El *self-handicapping* constituye una estrategia de anticipación en virtud de la cual el estudiante sabotea sus opciones de éxito mediante el desarrollo de algún tipo de impedimento, ya sea real o inventado (Arkin y Baumgardner, 1985). Se trata de una estrategia habitualmente recurrente en estudiantes que poseen un notable bagaje de bajo rendimiento previo (Schwinger, Wirthwein, Lemmer y Steinmayr, 2014). Y, si bien este hándicap disminuye drásticamente las opciones de rendir adecua-

damente, al mismo tiempo sirve como coartada justificativa del fracaso. De esta forma, el estudiante self-handicapper logra desvincular el fracaso de su baja valía personal, situando el foco de atención sobre el impedimento, y no sobre su propia falta de competencia (Midgley y Urdan, 2001).

La gran variedad de excusas anticipatorias que pueden utilizarse con propósito autoobstaculizador ha llevado a la ampliamente aceptada diferenciación entre self-handicapping conductual y self-handicapping alegado (véase Leary y Shepperd, 1986). El primero engloba aquellos impedimentos que implican algún tipo de acción directa y manifiesta, tales como procrastinar, sobreesforzarse, no implicarse en el estudio o comprometerse simultáneamente con múltiples tareas. Por su parte, el self-handicapping alegado supone la verbalización de algún obstáculo que dificulta el rendimiento, como, por ejemplo, el cansancio, la ansiedad o una enfermedad. Pero, a diferencia de lo que ocurre con el de naturaleza conductual, el self-handicapping no necesariamente compromete la actuación del individuo, de ahí que haya sido considerado menos lesivo para el rendimiento del individuo trabajos (Clarke y MacCann, 2016; Ferradás, Freire, Valle y Núñez, 2017).

Al igual que el self-handicapping, el *pesimismo defensivo* también es conceptualizado como una estrategia de autoprotección ante un potencial fracaso. Su utilización es más probable en estudiantes con altos niveles de ansiedad que, pese a carecer de un historial académico de bajo rendimiento, al hacer frente a un nuevo reto comienzan a anticipar el fracaso, vislumbrando con gran detalle y precisión cómo se producirá el mismo. Quizá de una forma a priori paradójica, estas bajas expectativas son, en muchas ocasiones, el punto de partida para el desarrollo de un concienzudo y metódico trabajo dirigido a evitar todos aquellos aspectos que se hipotetizaba desembocarían en un ineludible fracaso académico (Norem, 2008). Este arduo esfuerzo personal constituye la base explicativa del buen rendimiento que habitualmente acompaña al estudiante pesimista defensivo (Suárez y Fernández, 2011). Sin embargo, pese a que a corto plazo esta estrategia resulta operativa a efectos de rendimiento, la elevada ansiedad experimentada ocasiona a la larga numerosos perjuicios para la salud física y psicológica del estudiante, que acaban repercutiendo también en el plano académico (Cantor y Norem, 1989).

Las contrapartidas que, bien sea a corto o a largo plazo habitualmente acompañan al self-handicapping y al pesimismo defensivo ha suscitado un notable interés por conocer qué razones llevan a algunos estudiantes a persistir en la utilización de estas estrategias. En este sentido, una de las cuestiones que cabe analizar es en qué medida self-handicappers y pesimistas defensivos logran su propósito autoprotector. La investigación existente hasta la fecha arroja notables inconsistencias. Así, en lo que respecta al self-handicapping, algunos trabajos (e.g., Covington, 1992; McCreary y Hirt, 2001) afirman que la utilización de esta estrategia resultaría eficaz a la hora de proteger la autoestima, aunque no serviría para mejorarla (Rhodewalt, Morf, Hazlett y Fairfield, 1991). Otros, en cambio, sostienen que el self-handicapping afecta negativamente a la autoestima (Cermak, 2018; Zuckerman y Tsai, 2005). En la misma línea, algunos trabajos con pesimistas defensivos vinculan esta estrategia a la baja autoestima (Norem, 2002; Pullmann y Allik, 2008), si bien Ferradás, Freire, Regueiro y Valle (2018) identificaron perfiles de estudiantes pesimistas con baja autoestima y otros, con alta autoestima.

Habida cuenta de los controvertidos resultados mostrados por la investigación precedente, el objetivo del presente estudio es determinar si el self-handicapping y el pesimismo defensivo constituyen estrategias eficaces a la hora de proteger o incrementar la autoestima del estudiante. Desde esta consideración, se pretende analizar si existirán diferencias en el grado de autoestima de los estudiantes universitarios en función de su nivel (alto, medio y bajo) de utilización del self-handicapping (conductual y alegado) y del pesimismo defensivo. Se hipotetiza que los estudiantes que recurren en mayor grado a las tres estrategias evidenciarán niveles más bajos de autoestima.

### MÉTODO

#### Participantes

Participaron en la investigación 691 estudiantes ( $M_{\text{edad}} = 21.35$ ;  $DT = 3.75$ ) de la Universidad de Coruña, España. De ellos, 594 (86%) eran mujeres. Los participantes fueron reclutados mediante un muestreo por conveniencia, participando aquellas titulaciones que voluntariamente accedieron a participar en el estudio. En concreto, los participantes cursaban estudios adscritos a la rama de Ciencias de la Educación (Educación Social, 18.2%; Logopedia, 8.7%; Educación Primaria, 19%; y Educación Infantil, 23%) y a la de Ciencias de la Salud (Enfermería, 12.4%; Fisioterapia, 10.9%; y Podología, 7.8%). Atendiendo al curso, 379 sujetos (54.8%) eran estudiantes de primero de Grado, y 312 (45.2%), de tercero.

#### Instrumentos

**Estrategias de autoprotección de la valía.** Para evaluar el self-handicapping se utilizó la adaptación española (Ferradás et al., 2017) de la Self-Handicapping Scale (Martin, 1998). El instrumento contempla dos tipologías de self-handicapping: *self-handicapping conductual*, que evalúa hándicaps activos (nueve ítems; e.g., “Tiendo a no intentar hacer las tareas, así tengo una excusa si no lo hago tan bien como esperaba”;  $\alpha = .82$ ); y *self-handicapping alegado*, que mide hándicaps verbales (16 ítems; e.g., “Les digo a los demás que estoy más agotado de lo que realmente estoy cuando tengo que hacer tareas o exámenes, así que, si no lo hago tan bien como esperaba, puedo decir que esa es la razón”;  $\alpha = .89$ ). Por su parte, el pesimismo defensivo fue evaluado a través del Cuestionario de Pesimismo Defensivo (Norem, 2002). Consta de 12 ítems (e.g., “Considerar lo que puede ir mal me ayuda a prepararme”), cuya fiabilidad en nuestro estudio ha sido  $\alpha = .89$ . En ambos instrumentos sobre estrategias de autoprotección, las respuestas de los participantes se registraron en una escala Likert (1 = *nunca* — 5 = *siempre*).

**Autoestima.** Se ha utilizado la versión validada al español de la Rosenberg Self-esteem Scale (Martín-Albo, Núñez, Navarro y Grijalvo, 2007). El instrumento consta de 10 ítems (“En general, estoy satisfecho conmigo mismo”) que han sido evaluados mediante una escala Likert (1 = *en total desacuerdo* — 5 = *totalmente de acuerdo*). La fiabilidad obtenida por la escala en este estudio ha sido  $\alpha = .87$ .

#### PROCEDIMIENTO

Como paso previo a la recogida de datos, se obtuvieron los pertinentes permisos en los departamentos universitarios. Los datos para la investigación se recabaron en las aulas donde los participantes reciben su formación académica, dentro del horario de clases y en una única sesión sin límite de tiempo. A los participantes se les solicitó su colaboración desinteresada, indicándoseles los objetivos de la investigación y garantizándoseles el anonimato y la confidencialidad de sus datos.

#### ANÁLISIS DE DATOS

Como análisis preliminares se determinaron los estadísticos descriptivos (media, desviación típica, asimetría y curtosis) de las variables contempladas en el estudio, así como la matriz de correlaciones (Pearson). A continuación, se procedió a calcular las diferencias de medias en la variable autoestima (variable dependiente) entre los grupos (alto, medio y bajo) de self-handicapping (conductual y alegado) y de pesimismo defensivo (variables independientes asignadas). Para ello se efectuó un ANOVA de tres factores. Como paso previo, se establecieron los tres grupos en cada una de las variables independientes asignadas a partir de las puntuaciones terciles (< P33, grupo bajo; entre P33 y P66, grupo medio; > P66, grupo alto), las cuales se consideraron como puntos de corte

de los grupos. Las comparaciones a posteriori se analizaron mediante las pruebas de Scheffé y de Games-Howell, optándose por una o por otra en función de si en cada caso era pertinente asumir o no homogeneidad en las varianzas. Además de determinar si las diferencias entre los grupos resultaban estadísticamente significativas, se estimó la magnitud del efecto mediante los estadísticos eta cuadrado parcial y  $d$  de Cohen. Siguiendo las recomendaciones de Cohen (1988), podemos considerar que el efecto es pequeño cuando  $\eta_p^2 \leq 0.01$  ( $d \leq 0.20$ ); medio, cuando  $\eta_p^2 > 0.01$  ( $d > 0.20$ ), pero  $\eta_p^2 < 0.138$  ( $d < 0.80$ ) y grande si  $\eta_p^2 \geq 0.138$  ( $d \geq 0.80$ ).

## RESULTADOS

### Análisis preliminares

En la Tabla 1 se muestran los estadísticos descriptivos y los índices de correlación entre las variables self-handicapping conductual, self-handicapping alegado y pesimismo defensivo. De acuerdo con los resultados recogidos en ella, se observan niveles medios bajos en self-handicapping conductual ( $M = 2.04$ ) y alegado ( $M = 1.93$ ), y moderadamente bajos en pesimismo defensivo ( $M = 2.37$ ). Por su parte, las puntuaciones promedio de autoestima son moderadamente altas ( $M = 3.41$ ). Asimismo, los valores de asimetría y curtosis son respectivamente inferiores a  $\pm 2$  y  $\pm 7$  en todos los casos, lo que indica que todos ellos se ajustan a una distribución normal (Finney y DiStefano, 2006).

Respecto al análisis de correlaciones (Pearson), tal y como se observa en la Tabla 1, las tres estrategias de autoprotección correlacionan negativa y significativamente con la autoestima, siendo especialmente alta la correlación entre pesimismo defensivo y autoestima ( $r = -.60$ ,  $p < 0.01$ ). Existe también una correlación positiva y significativa entre self-handicapping conductual y self-handicapping alegado ( $r = .64$ ,  $p < 0.01$ ). Las correlaciones entre el pesimismo defensivo con ambas variables de self-handicapping no resultaron estadísticamente significativas.

Tabla 1  
Medias, desviaciones típicas, asimetría, curtosis y matriz de correlaciones ( $N = 691$ )

	1	2	3	4
1. SH_CON	—			
2. SH_ALE	.64**	—		
3. PE_DEF	.04	-.04	—	
4. AUTO	-.21**	-.16**	-.60**	—
<i>M</i>	2.04	1.93	2.37	3.41
<i>DT</i>	0.77	0.76	0.88	0.53
<i>Asimetría</i>	0.97	0.91	0.81	-0.36
<i>Curtosis</i>	-0.07	-0.20	-0.60	-1.45

Nota. SH\_CON = Self-handicapping Conductual; SH\_ALE = Self-handicapping Alegado; PE\_DEF = Pesimismo Defensivo; AUTO = Autoestima.

**Diferencias en autoestima en función del nivel de utilización de las estrategias de autoprotección**

La Tabla 2 muestra las puntuaciones medias de los tres grupos (alto/medio/bajo) de self-handicapping conductual en cuanto al nivel de autoestima. Se observa que el grupo medio de self-handicapping conductual es el que muestra puntuaciones más elevadas en autoestima, siendo el grupo alto en self-handicapping conductual el que puntúa más bajo en autoestima. Los resultados del ANOVA determinaron la existencia de diferencias estadísticamente significativas entre los tres grupos ( $F(2,664) = 11.33, p < 0.001$ ). El tamaño del efecto fue pequeño ( $\eta_p^2 = 0.033$ ). La prueba de contrastes a posteriori (Scheffé) evidenció que las diferencias entre el grupo medio y el grupo alto resultaron estadísticamente significativas. El tamaño de estas diferencias fue pequeño ( $d = 0.36$ ). Las diferencias entre los grupos medio y bajo, así como entre los grupos alto y bajo no alcanzaron significatividad estadística.

Tabla 2  
Media y desviaciones típicas obtenidas por los distintos grupos de self-handicapping conductual en autoestima

		Autoestima		
	Grupo	N	M	DT
Self-handicapping conductual	Bajo	309	3.42	0.51
	Medio	119	3.53	0.52
	Alto	263	3.34	0.54
	Total	691	3.41	0.53

Nota. Escala de medida de self-handicapping conductual (1 = Nunca, 2 = Pocas veces, 3 = Algunas veces, 4 = Muchas veces, 5 = Siempre); Escala de medida de autoestima (1 = En total desacuerdo, 2 = Algo en desacuerdo, 3 = Ni en desacuerdo ni de acuerdo, 4 = Algo de acuerdo, 5 = Totalmente de acuerdo). Puntuaciones más próximas a 5 indican mayores niveles en cada una de las variables.

Las puntuaciones promediadas por los tres grupos de self-handicapping alegado en la variable autoestima se presentan en la Tabla 3. Se observa idéntico patrón que en el caso del self-handicapping activo, siendo el grupo medio de self-handicapping alegado el que obtiene puntuaciones más elevadas en autoestima, seguido del grupo de bajo self-handicapping alegado. A tenor de los resultados del ANOVA, las diferencias entre los tres grupos resultaron estadísticamente significativas ( $F(2,664) = 12.03, p < 0.001$ ). La magnitud del efecto fue pequeña ( $\eta_p^2 = 0.035$ ). La prueba de contrastes a posteriori (Games-Howell) determinó diferencias estadísticamente significativas entre el grupo medio y el grupo alto, siendo estas diferencias de tamaño pequeño ( $d = 0.27$ ). El resto de comparaciones entre grupos no alcanzaron la significatividad estadística.

Tabla 3

Media y desviaciones típicas obtenidas por los distintos grupos de self-handicapping alegado en autoestima

		Autoestima		
	Grupo	N	M	DT
Self-handicapping alegado	Bajo	244	3.39	0.52
	Medio	224	3.49	0.52
	Alto	223	3.35	0.53
	Total	691	3.41	0.53

*Nota.* Escala de medida de self-handicapping alegado (1 = *Nunca*, 2 = *Pocas veces*, 3 = *Algunas veces*, 4 = *Muchas veces*, 5 = *Siempre*); Escala de medida de autoestima (1 = *En total desacuerdo*, 2 = *Algo en desacuerdo*, 3 = *Ni en desacuerdo ni de acuerdo*, 4 = *Algo de acuerdo*, 5 = *Totalmente de acuerdo*). Puntuaciones más próximas a 5 indican mayores niveles en cada una de las variables.

Finalmente, la Tabla 4 muestra las puntuaciones promediadas por los tres grupos de pesimismo defensivo en autoestima. El grupo medio en pesimismo defensivo obtuvo las puntuaciones medias más elevadas en autoestima, siendo el grupo alto el que obtuvo las puntuaciones más bajas. El ANOVA efectuado evidenció la existencia de diferencias estadísticamente significativas entre los tres grupos ( $F(2,664) = 45.72$ ,  $p < 0.001$ ). El tamaño del efecto fue medio ( $\eta_p^2 = 0.121$ ). Las comparaciones a posteriori (Games-Howell) mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos medio y alto, así como entre los grupos bajo y alto. La magnitud del efecto fue grande, en ambos casos ( $d = 1.54$  y  $d = 1.46$ , respectivamente). No se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas en la comparación entre el grupo medio y el grupo bajo.

Tabla 4

Media y desviaciones típicas obtenidas por los distintos grupos de pesimismo defensivo en autoestima

		Autoestima		
	Grupo	N	M	DT
Pesimismo defensivo	Bajo	258	3.60	0.44
	Medio	210	3.63	0.39
	Alto	223	2.97	0.46
	Total	691	3.41	0.53

*Nota.* Escala de medida de pesimismo defensivo (1 = *Nunca*, 2 = *Pocas veces*, 3 = *Algunas veces*, 4 = *Muchas veces*, 5 = *Siempre*); Escala de medida de autoestima (1 = *En total desacuerdo*, 2 = *Algo en desacuerdo*, 3 = *Ni en desacuerdo ni de acuerdo*, 4 = *Algo de acuerdo*, 5 = *Totalmente de acuerdo*). Puntuaciones más próximas a 5 indican mayores niveles en cada una de las variables.

## **DISCUSIÓN**

El miedo al fracaso supone para muchos estudiantes un importante obstáculo en su trayectoria académica. La investigación precedente constata que un número significativo de estudiantes universitarios se acogen a estrategias de self-handicapping y de pesimismo defensivo como mecanismo para intentar preservar sus sentimientos de valía personal. El presente trabajo pretendía determinar hasta qué punto ambas estrategias resultan eficaces a la hora de lograr su objetivo autoprotector.

Los resultados obtenidos refrendan parcialmente este supuesto, habida cuenta de que la utilización moderada del self-handicapping (tanto en sus formas conductuales como alegadas) y del pesimismo defensivo se asocia a niveles significativamente más elevados de autoestima que la alta utilización de estas estrategias. En otras palabras, el self-handicapping y el pesimismo defensivo resultarían estrategias eficaces a la hora de proteger los sentimientos de valía personal del estudiantado cuando su utilización es moderada. Sin embargo, la utilización recurrente del self-handicapping y del pesimismo defensivo supondría un perjuicio para la autoestima.

Estos hallazgos, por tanto, parecen corroborar los resultados aportados por otros estudios que vinculaban el self-handicapping con la protección de la autoestima (Covington, 1992; McCrea y Hirt, 2001). Sin embargo, los resultados del presente estudio permiten ir un poco más allá de esta relación, en la medida en que constatan la eficacia autoprotectora de estas estrategias cuando su utilización es moderada. Asimismo, los datos aportados por este estudio suponen también una notable aportación al estudio de la relación pesimismo defensivo-autoestima (e.g., Norem, 2002; Pullmann y Allik, 2008), al evidenciar que la utilización de esta estrategia no lograría su objetivo autoprotector cuando se utiliza con alta frecuencia, pero sí cuando se utiliza con mayor mesura.

Si bien, a tenor de estos resultados, el self-handicapping y el pesimismo defensivo pueden resultar mecanismos eficaces para aquel estudiantado ávido de proteger su percepción valía personal ante el temor a fracasar, desde un punto de vista psicoeducativo no deben ignorarse las importantes contrapartidas que pueden conllevar el empleo de estas estrategias, tanto en términos de rendimiento como en lo tocante a la salud psicológica del estudiantado (Cano, Martín, Ginns y Berbén, 2018; Shimizu, Nakashima y Morinaga, 2019).

Desde esta consideración, convendría prestar atención a los factores del contexto académico que pueden incrementar el miedo al fracaso y, con este, la necesidad de ciertos estudiantes de acogerse al self-handicapping o al pesimismo defensivo. En este sentido, se sabe que tanto el self-handicapping como las expectativas de logro negativas que manifiestan los pesimistas defensivos se ven altamente favorecidos por los climas académicos competitivos, mientras que aquellos ambientes que promueven el dominio de las tareas disminuyen sensiblemente la percepción de amenaza evaluativa (Martín, Marsh y Debus, 2001). Por tanto, el profesorado tiene una importante responsabilidad a la hora de promover entornos motivacionalmente adaptativos. Con este fin, Martín y Marsh (2006) señalan la conveniencia de priorizar medidas de intervención educativa dirigidas debilitar el vínculo que algunos estudiantes establecen entre el rendimiento y su propia valía personal, por ejemplo, estimulando el desarrollo de atribuciones causales sobre los resultados académicos basados en factores controlables como el grado de esfuerzo invertido en las tareas o las estrategias de trabajo utilizadas.

Pese a las interesantes aportaciones de los resultados de este estudio, es preciso que estos sean interpretados con cautela, tomando en consideración las limitaciones de la investigación desarrollada. En primer lugar, se trata de un diseño de carácter transversal, lo que impide establecer relaciones de causalidad entre la utilización de las estrategias de self-handicapping y pesimismo defensivo y la autoestima. En segundo lugar, el tamaño de la muestra y el hecho de que todos los partici-



pantes cursasen estudios adscritos a dos ramas de conocimiento no permiten generalizar los resultados del estudio al conjunto de la población universitaria. En tercer lugar, los resultados se han obtenido exclusivamente a partir de procedimientos de autoinforme. Futuros trabajos en esta línea se beneficiarían de diseños que combinen la información proporcionada por los cuestionarios con entrevistas en profundidad al estudiantado y observaciones de aula.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arkin, R. M., & Baumgardner, A. (1985). Self-handicapping. En J. H. Harvey & G. Weary (Eds.), *Attribution: Basic issues and applications* (pp. 169-202). New York: Academic Press.
- Cano, F., Martin, A. J., Ginns, P., & Berbén, A. B. G. (2018). Students self-worth protection and approaches to learning in higher education: predictors and consequences. *Higher Education*, 76(1), 163-181. doi:10.1007/s10734-017-0215-0
- Cantor, N., & Norem, J. K. (1989). Defensive pessimism and stress and coping. *Social Cognition*, 7, 92-112. doi:10.1521/soco.1989.7.2.92
- Cermak, J. A. (2018). *Examining the role of goal orientations, motivational climate, and self-esteem on self-handicapping behavior in division i collegiate athletes*. (Tesis doctoral, Bowling Green State University, Ohio). Recuperada de <https://etd.ohiolink.edu/>
- Clarke, I. E., & MacCann, C. (2016). Internal and external aspects of self-handicapping reflect the distinction between motivations and behaviours: Evidence from the Self-handicapping Scale. *Personality and Individual Differences*, 100, 6-11. doi:10.1016/j.paid.2016.03.080
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Covington, M. V. (1992). *Making the grade: A self-worth perspective on motivation and school reform*. New York: Cambridge University Press.
- Ferradás, M. M., Freire, C., Núñez, J. C., Piñeiro, I., & Rosário, P. (2017). Motivational profiles in university students. Its relationship with self-handicapping and defensive pessimism strategies. *Learning and Individual Differences*, 56, 128-135. doi:10.1016/j.lindif.2016.10.018
- Ferradás, M. M., Freire, C., Regueiro, B., & Valle, A. (2018). Defensive pessimism, self-esteem and achievement goals: A person-centered approach. *Psicothema*, 30(1), 53-58. doi:10.7334/psicothema2017.199.
- Finney, S. J., & DiStefano, C. (2006). Non-normal and categorical data in structural equation modeling. En G. R. Hancock & R. O. Mueller (Eds.), *Structural equation modeling. A second course* (pp. 269-314). Greenwich, CT: Information Age Publishing.
- Leary, M. R., & Shepperd, J. A. (1986). Behavioral self-handicapping vs. self-reported handicaps: A conceptual note. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1265-1268. doi:10.1037/0022-3514.51.6.1265
- Martin, A. J. (1998). *Self-handicapping and defensive pessimism: predictors and consequences from a self-worth motivation perspective* (Doctoral dissertation, Western Sidney). Recuperado de <http://researchdirect.uws.edu.au/islandora/object/uws%3A587>
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2003) Fear of failure: friend or foe? *Australian Psychologist*, 38(1), 31-38. doi:10.1080/00050060310001706997
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the School*, 43, 267-281. doi:10.1002/pits.20149
- Martin, A. J., Marsh, H. W., & Debus, R. L. (2001). Self-handicapping and defensive pessimism: Exploring a model of predictors and outcomes from a self-protection perspective. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 87-102. doi:10.1037/0022-0663.93.1.87

- Martín-Albo, J., Núñez, J. L., Navarro, J. G., & Grijalvo, F. (2007). The Rosenberg Self-Esteem Scale: Translation and validation in university students. *Spanish Journal of Psychology, 10*(2), 458-467. doi:10.1017/S1138741600006727
- McCrea, S. M., & Hirt, E. R. (2001). The role of ability judgments in self-handicapping. *Personality and Social Psychology Bulletin, 27*(10), 1378-1389. doi: 10.1177/01461672012710013
- Midgley, C., & Urdan, T. C. (2001). Academic self-handicapping and achievement goals: A further examination. *Contemporary Educational Psychology, 26*(1), 61-75. doi:10.1006/ceps.2000.1041
- Norem, J. K. (2002). *El poder positivo del pensamiento negativo. Utiliza el pesimismo defensivo para reducir tu ansiedad y rendir al máximo*. Barcelona: Paidós.
- Norem, J. K. (2008). Defensive pessimism as a self-critical tool. En E. C. Chang (Ed.), *Self-criticism and self-enhancement: Theory, research and clinical applications* (pp. 89-104). Washington, DC: American Psychological Association.
- Pullmann, H., & Allik, J. (2008). Relations of academic and general self-esteem to school achievement. *Personality and Individual Differences, 45*(6), 559-564. doi:10.1016/j.paid.2008.06.017
- Schwinger, M., Wirthwein, L., Lemmer, G., & Steinmayr, R. (2014). Academic self-handicapping and achievement: A meta-analysis. *Journal of Educational Psychology, 106*(3), 744-761. doi:10.1037/a0035832
- Shimizu, H., Nakashima, K., & Morinaga, Y. (2019). The role of individual factors in friendship formation: Considering shyness, self-esteem, social skills, and defensive pessimism. *Japanese Psychological Research, 61*(47-56). doi:10.1111/jpr.12201
- Suárez J. M., & Fernández A. P. (2011). Assessment of students' affective-motivational self-regulatory strategies: The MSLS-VS. *Anales de Psicología, 27*, 369-380.
- Zuckerman, M., & Tsai, F. F. (2005). Costs of self-handicapping. *Journal of Personality, 73*(2), 411-442. doi:10.1111/j.1467-6494.2005.00314.x