



Artículo Original / Original Article

Estrategias de self-handicapping y pesimismo defensivo: análisis de su prevalencia en entornos universitarios y diferencias de género

Self-handicapping and defensive pessimism strategies: Analysis of their prevalence in university environments and gender differences

María del Mar Ferradás Canedo y Carlos Freire Rodríguez

Universidade da Coruña

Facultad de Ciencias de la Educación, Campus de Elviña s/n 15071 A Coruña (España)

Contacto: María del Mar Ferradás Canedo (mar.ferradasc@udc.es)

Cronograma editorial: *Artículo recibido 01/11/2021 Aceptado: 15/12/2021 Publicado: 01/01/2022*

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia:

Ferradás, M^a.; Freire, C. (2022). Estrategias de self-handicapping y pesimismo defensivo: análisis de su prevalencia en entornos universitarios y diferencias de género. *EDUCA International Journal*, 2 (1), 30-45

Contribución específica de los autores: Los autores han participado conjuntamente en todas las fases de la investigación.

Financiación: No existió financiación para este proyecto.

Consentimiento informado participantes del estudio: No procede.

Conflicto de interés: Los autores no señalan ningún conflicto de interés.

Resumen

Para algunos estudiantes, un bajo rendimiento es sinónimo de baja competencia personal. En aras de proteger sus propios sentimientos de valía, estos estudiantes se implican propositivamente en la adopción de complejas estrategias como el self-handicapping o el pesimismo defensivo. Si bien este tipo de estrategias cumplen a corto plazo su objetivo autoprotector, su utilización recurrente suele conllevar a largo plazo importantes perjuicios para la salud y el rendimiento académico. El presente estudio pretende analizar la prevalencia del self-handicapping (activo y alegado) y del pesimismo defensivo en una muestra de estudiantes universitarios. 592 estudiantes ($M_{\text{edad}} = 21.31$; $DT_{\text{edad}} = 3.18$) de la Universidade da



Coruña formaron parte de la investigación. Para analizar la prevalencia en la utilización de estas tres estrategias se efectuó un análisis de frecuencias, tanto con la muestra en su conjunto como en función del género. Respecto a esta última variable, se efectuó una tabla de contingencia y se calculó el estadístico chi-cuadrado (χ^2) de Pearson. Los resultados obtenidos evidenciaron una utilización frecuente de las estrategias de self-handicapping y pesimismo defensivo en el 15-20% del alumnado encuestado. Respecto al género, se observó que los estudiantes varones utilizaban con una frecuencia significativamente más elevada la estrategia de self-handicapping activo que las mujeres. Estos hallazgos se discuten y analizan a la luz de sus implicaciones educativas. En este sentido, se proporcionan algunas indicaciones a tener en cuenta por el profesorado para reducir la tendencia del estudiantado a recurrir a las estrategias de autoprotección de la valía personal.

Palabras clave

Self-handicapping activo, self-handicapping alegado, pesimismo defensivo, prevalencia, estudiantes universitarios

Abstract

For some students, poor performance is synonymous with low personal competence. In order to protect their own feelings of worth, these students purposely engage in the adoption of complex strategies such as self-handicapping or defensive pessimism. Although these types of strategies fulfill their self-protective objective in the short term, their recurrent use usually entails significant long-term damage to health and academic performance. The present study aims to analyze the prevalence of self-handicapping (active and claimed) and defensive pessimism in a sample of university students. 592 students ($M_{age} = 21.31$; $SD_{age} = 3.18$) from the University of Corunna took part in the research. To analyze the prevalence in the use of these three strategies, a frequency analysis was carried out, both with the sample as a whole and as a function of gender. Regarding the last variable, a contingency table was made and Pearson's chi-square (χ^2) statistic was calculated. The results obtained showed a frequent use of self-handicapping and defensive pessimism strategies in 15-20% of the surveyed students. Regarding gender, it was observed that male students used the active self-handicapping strategy with a significantly higher frequency than female students. These findings are discussed and analyzed in light of their educational implications. In this sense, some guidelines are provided to be taken into account by teachers to reduce the tendency of students to resort to self-worth protection strategies.

Keywords

Active self-handicapping, claimed self-handicapping, defensive pessimism, prevalence, university students



Introducción

El día a día académico universitario constituye un contexto de alta exigencia personal, de manera que estas elevadas demandas son consideradas por algunos estudiantes como una potencial amenaza para su valía personal. De esta forma, rendir por debajo de lo esperable a menudo se interpreta en términos de baja competencia, una evidencia de que no se poseen las cualidades y atributos personales necesarios para afrontar con éxito el trabajo académico. Este devastador mensaje aboca a algunos estudiantes a temer el fracaso (De Castella et al., 2013; Schwinger et al., 2021), de manera que tratan de anticiparse al mismo reorientando su motivación hacia la adopción de alguna estrategia que les permita desligar el bajo rendimiento de la valía personal. Dos de las estrategias de autoprotección más ampliamente evidenciadas en entornos académicos son el self-handicapping y el pesimismo defensivo.

El self-handicapping consiste en la creación, por parte del estudiante, de algún tipo de obstáculo, bien sea real o imaginario, que dificulta las posibilidades de éxito en la tarea a afrontar (e.g., un examen, un trabajo académico, una exposición oral en público, etc.). Esta conducta aparentemente paradójica tiene como finalidad externalizar las causas de un potencial fracaso que se percibe como seguro, situando las causas de este en el impedimento existente, y no en la propia valía personal (Török et al., 2018). Así pues, las estrategias de self-handicapping obedecen al doble principio atribucional de protección y engrandecimiento (Graham, 2020). El principio de protección sugiere que el hándicap exime al estudiante de responsabilidad frente al fracaso. Por su parte, el principio de engrandecimiento alude a que, a pesar de que el fracaso se barrunta como inevitable, la consecución de un rendimiento exitoso en presencia del hándicap sería indicativo de una altísima competencia personal.

La gran diversidad de mecanismos utilizados por el estudiantado con un propósito autolimitante ha llevado a la diferenciación entre self-handicapping activo y self-handicapping alegado (e.g., Clarke y MacCann, 2016; Ferradás et al., 2016). El primero alude a todas aquellas acciones directas ejercidas con objeto de obstaculizar la propia actuación exitosa, tales como procrastinar, reducir el esfuerzo o involucrarse en múltiples tareas simultáneamente. El self-handicapping alegado supone simplemente la verbalización de la existencia de algún obstáculo, como el cansancio, la ansiedad o una enfermedad. Independientemente del tipo de hándicap utilizado, en general existe evidencia de que estas



estrategias pueden lograr su propósito autoprotector a corto plazo, pero a la larga entrañan importantes perjuicios académicos, tales como un bajo rendimiento crónico (Putwain, 2019) o el abandono académico (Azeem y Zubair, 2021).

El pesimismo defensivo también implica una maniobra estratégica anticipatoria ante la amenaza del fracaso. El perfil prototípico del estudiantado pesimista defensivo es aquel que evidencia un historial académico ciertamente exitoso, pero con altos niveles de ansiedad. Esta elevada ansiedad le lleva a encarar las situaciones de logro hipotetizando con gran detalle (i.e., describiendo cómo y por qué sucederá) un venidero fracaso (Showers, 1988). Por lo común, las bajas e irreales expectativas suponen el punto de partida para un intenso y meticuloso trabajo, generalmente exitoso, destinado a prevenir el esperado fracaso (Guth, 2018). Si bien suele relacionarse con un rendimiento académico notable a corto plazo (Cano et al., 2018; Nob et al., 2018), los elevados niveles de ansiedad que conlleva aparejado el pesimismo defensivo hacen que, a largo plazo, esta estrategia resulte sumamente dañina para la salud física y mental del estudiantado que la utiliza con asiduidad (Fernández-Abascal et al., 2018).

Habida cuenta de lo pernicioso que resulta la utilización del self-handicapping y del pesimismo defensivo, el objetivo del presente trabajo es analizar la prevalencia de estas estrategias en una muestra de estudiantes universitarios. En este sentido, disponemos de muy pocos precedentes de investigación. Por ejemplo, Martin y Marsh (2003) evaluaron la prevalencia de estas estrategias en estudiantes australianos, tanto de Secundaria como universitarios. El self-handicapping era utilizado por el 11% de los estudiantes de Secundaria, el 6% de los de primer curso de universidad y el 7% de los de segundo. Por su parte, el porcentaje de estudiantes que recurría al pesimismo defensivo era del 33% en Secundaria, siendo del 44% y del 34% en primer y segundo curso de universidad, respectivamente. En el contexto español, Rodríguez (1999) obtuvo porcentajes similares de self-handicapping entre los/las estudiantes universitarios (10.1%), aunque los porcentajes de pesimismo defensivo obtenidos (18.5%) fueron inferiores a los del estudio de Martin y Marsh (2003). Más recientemente Ferradás et al. (2010) observaron, en una muestra de estudiantes de Enfermería, Podología, Derecho y Sociología, que el 2.6% y el 2% del estudiantado recurrían con mucha frecuencia al self-handicapping y al pesimismo defensivo, respectivamente.

El presente trabajo pretende confirmar los datos de prevalencia evidenciados por la



investigación precedente, si bien plantea como principales aportaciones: (a) la distinción entre el self-handicapping activo y el self-handicapping alegado; y (b) el estudio de la prevalencia de estas estrategias en función del género. Respecto a esta segunda cuestión, un notable cuerpo de trabajos ha encontrado una mayor utilización del self-handicapping activo en los varones (e.g., Yu y McLellan, 2019), aunque existe mayor controversia en cuanto al self-handicapping alegado (e.g., Hirt et al., 1991). En lo concerniente al pesimismo defensivo, los escasos precedentes existentes (Ferradás, 2014; Lim, 2009) vinculan esta estrategia en mayor medida a las mujeres.

Material y Método

Participantes

La muestra participante estuvo conformada por 592 estudiantes ($M_{\text{edad}} = 21.31$; $DT_{\text{edad}} = 3.18$) de la Universidade da Coruña, los cuales fueron reclutados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Tomando como referencia la variable género, 510 participantes (86.1%) eran mujeres, siendo la representación de varones del 13.9% ($n = 82$). Asimismo, del total de la muestra, 428 participantes (72.3%) cursaban alguna titulación afín al ámbito de Ciencias de la Educación, mientras que los/las 164 participantes restantes (27.7%) cursaban algún grado adscrito al campo de las Ciencias de la Salud. Considerando la titulación de procedencia de la muestra analizada, 109 estudiantes (18.4%) cursaban el Grado de Educación Social; 56 estudiantes (9.5%) cursaban el Grado de Logopedia; 125 sujetos (21.1%) cursaban el Grado de Educación Primaria; y 138 sujetos (23.3%), el Grado de Educación Infantil. Las titulaciones adscritas al ámbito de las Ciencias de la Salud estuvieron representadas por estudiantes del Grado de Enfermería ($n = 65$; 11%); del Grado de Fisioterapia (54 sujetos; $n = 9.1\%$); y del Grado de Podología ($n = 45$; 7.6%). Por lo que respecta a la variable curso, el 38% ($n = 225$) de los/las participantes eran estudiantes de primer curso; el 34.6% ($n = 205$) eran estudiantes de segundo curso; y el 27.2% ($n = 161$) eran de tercer curso.

Instrumentos

Para evaluar el self-handicapping se utilizó la adaptación española (e.g., 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 $\alpha = .88$. En ambos instrumentos, las respuestas de los participantes se registraron en una escala Likert (1 = *nunca*; 2 = *alguna vez*; 3 = *bastantes veces*; 4 = *muchas veces*; 5 = *siempre*).

Procedimiento

El estudio fue desarrollado de acuerdo a los principios éticos estipulados por el Comité de Ética de la Universidade da Coruña, con consentimiento informado por escrito de los participantes. Los datos para la investigación se recabaron en las aulas donde el estudiantado recibe su formación académica, dentro del horario de clases y en una única sesión sin límite de tiempo. A las y los participantes se les solicitó su colaboración desinteresada, indicándoseles los objetivos de la investigación y garantizándoseles el anonimato y la confidencialidad de sus datos. Aquellas personas que declinaron participar en la investigación permanecieron fuera del aula hasta que la totalidad del estudiantado participante cumplimentó los cuestionarios de evaluación.

Análisis de datos

Para analizar la prevalencia en la utilización de las estrategias de self-handicapping conductual, self-handicapping alegado y pesimismo defensivo, se efectuó un análisis de frecuencias con el programa SPSS 24. Se consideró como punto de corte para determinar la utilización de estas tres estrategias aquellas puntuaciones iguales o superiores a 3 (*bastantes veces*) en la escala Likert cumplimentada por las/los participantes. Este análisis se efectuó tomando en consideración la muestra total y también en función del género. Respecto a esta última variable, se efectuó una tabla de contingencia y se calculó el estadístico chi-cuadrado (χ^2) de Pearson. La tabla de contingencia permite determinar el grado de relación o dependencia entre el género y las tres estrategias de autoprotección de la valía personal analizadas en este estudio. Por su parte, el chi-cuadrado permite obtener índices estadísticos que miden la fuerza de la asociación entre las variables. Su cálculo se centra en la distancia



que hay entre las frecuencias observadas y las esperadas, de tal manera que, si la distancia que se da es pequeña, se acepta la hipótesis nula, mientras que, si esta distancia es grande, se rechaza (Camacho, 1998). El chi-cuadrado sería el resultado de la suma de todas las distancias. Para la interpretación de este valor, el nivel de significación elegido fue $p < .05$.

Resultados

Como análisis preliminares, en la Tabla 1 se muestran los estadísticos descriptivos de las variables self-handicapping conductual, self-handicapping alegado y pesimismo defensivo. Respecto a los indicadores de tendencia central (media y desviación típica), atendiendo a los valores promediados por los sujetos de la muestra, se aprecia que todos ellos se encuentran alrededor del valor "2", lo que en la escala Likert utilizada representaría una frecuencia de "alguna vez". Estos valores nos permitirían concluir, por tanto, que, en términos generales, los estudiantes universitarios encuestados reconocen adoptar con poca frecuencia las estrategias de protección de la autovalía consideradas. En todo caso, como refleja la Tabla 1, parecen recurrir con alguna mayor asiduidad al pesimismo defensivo ($M = 2.34$) que a las estrategias de *self-handicapping*, ya sean en sus formas activas ($M = 2.04$) o alegadas ($M = 1.93$). En lo que respecta a la desviación típica, los valores hallados oscilan entre $DT = 0.78$ (self-handicapping activo y self-handicapping alegado) y $DT = 0.88$ (pesimismo defensivo), lo que evidencia un buen grado de acuerdo en las respuestas aportadas por los sujetos evaluados en los ítems que miden estas variables.

Finalmente, en la Tabla 1 se muestran también los resultados de los índices de dispersión. En términos generales, todos los valores de asimetría y curtosis se ajustan a una distribución normal, según los criterios determinados por Finney y DiStefano (2006). Los valores del coeficiente de asimetría se alejan del valor cero en todos los casos, lo que indica que ninguna de las dos dimensiones de self-handicapping ni la de pesimismo defensivo se distribuyen de forma simétrica, acumulándose los datos en los valores menores de cada una de ellas, como resultado de una asimetría positiva. En concreto, de los tres factores, es el self-handicapping activo el que tiene un coeficiente de asimetría más elevado ($As = 0.98$), mientras que el pesimismo defensivo se muestra como el menos asimétrico ($As = 0.84$). En cuanto a los valores del índice de curtosis, cabe señalar que en la variable self-handicapping activo este valor es cero, lo que refleja una gran concentración de frecuencias alrededor de la media y en la zona central de la distribución. Por su parte, los valores de curtosis de las

variables self-handicapping alegado y pesimismo defensivo se sitúan por debajo de cero, de manera que la forma de la distribución es platicúrtica en ambas, en la medida en que el apuntamiento es inferior al de la curva normal.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de las variables self-handicapping activo, self-handicapping alegado y pesimismo defensivo

	<i>N</i>	Mín.	Máx.	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>As</i>	<i>Ku</i>
Self-handicapping activo	592	1.00	4.33	2.04	0.78	0.98	0.00
Self-handicapping alegado	592	1.00	4.25	1.93	0.78	0.88	-0.31
Pesimismo defensivo	592	1.00	4.73	2.34	0.88	0.84	-0.46

Nota. Mín. = Mínimo; Máx. = Máximo; *M* = Media; *DT* = Desviación Típica; *As* = Asimetría; *Ku* = Curtosis.

Análisis de frecuencias respecto al total de la muestra

En la Tabla 2 se muestran los porcentajes de participantes que afirmaron utilizar las estrategias de autoprotección con un rango de frecuencia que oscila entre bastantes veces y siempre. Respecto al self-handicapping activo, el análisis de frecuencias reveló que un 17.1% del alumnado encuestado afirmaba utilizar esta estrategia autoprotectora con asiduidad, evidenciando una puntuación igual o superior a 3 ("*bastantes veces*") en la escala Likert. Si se analizan aquellas puntuaciones indicativas de una utilización sistemática de la estrategia (puntuaciones 4 y 5 de la escala, que se corresponden con "*muchas veces*" y "*siempre*", respectivamente), el porcentaje decrece hasta el 2% del alumnado encuestado.

En relación al self-handicapping alegado, el 17.7% del alumnado analizado evidenció una puntuación igual o superior a 3, siendo el 1.6% de estudiantes quienes recurren a esta estrategia muchas veces.

Finalmente, el 19% de los/las participantes informaron de una utilización asidua de la estrategia de pesimismo defensivo, si bien solo el 3.7% indicaron que utilizaban esta estrategia muchas veces.

Tabla 2. Porcentajes de participantes que afirmaron utilizar las estrategias de autoprotección con un rango de frecuencia que oscila entre bastantes veces y siempre

	Bastantes veces	Muchas veces	Siempre	Total acumulado
Self-handicapping activo	15.1%	2%	0%	17.1%
Self-handicapping alegado	16.1%	1.6%	0%	17.7%
Pesimismo defensivo	15.3%	3.7%	0%	19%



Análisis de frecuencias en función de la variable género

En la Tabla 3 se muestra la tabla de contingencia que recoge la comparación de frecuencias en la relación entre el género y las estrategias de autoprotección de la valía personal. Respecto al self-handicapping activo, el 10.4% de las mujeres informaron una puntuación igual o superior a 3 en la variable self-handicapping activo, siendo un 2% de ellas quienes afirmaban recurrir a esta estrategia muchas veces o siempre. En los estudiantes varones, el 24.4% evidenció una puntuación igual o superior a 3 en la escala de respuesta del self-handicapping activo, descendiendo este porcentaje hasta el 2.2% para las puntuaciones encuadradas en el rango 4-5. El valor de chi-cuadrado ($\chi^2(30) = 51.792, p = .008$) indicó la existencia de diferencias estadísticamente significativas entre ambos géneros en cuanto a la utilización del self-handicapping activo.

En la variable self-handicapping alegado, el porcentaje de estudiantes mujeres que informaron utilizar esta estrategia entre "*bastantes veces*" y "*siempre*" fue del 10.8%, aunque este porcentaje fue del 1.8% cuando se les cuestionó acerca de utilizar "*muchas veces*" la estrategia. El número de casos que respondieron "*siempre*" fue de cero. Por su parte, el 14.6% de los estudiantes varones de la muestra informó de una utilización frecuente del self-handicapping alegado, si bien únicamente el 1.2% afirmó recurrir a esta estrategia "*muchas veces*". El porcentaje de varones que afirmó utilizar "*siempre*" el self-handicapping alegado fue nulo. El valor de chi-cuadrado ($\chi^2(50) = 57.025, p = .230$) indicó que las diferencias entre mujeres y hombres en esta variable no resultó estadísticamente significativa.

Finalmente, el porcentaje de puntuaciones de estudiantes mujeres que oscilaba entre 3 y 5 en la escala de respuesta a la utilización del pesimismo defensivo fue del 21%, si bien solo el 5.5% de las mujeres encuestadas afirmó utilizar esta estrategia "*muchas veces*". El porcentaje de respuestas con puntuación 5 ("*siempre*") en esta estrategia fue nulo. En los varones, el 15.9% evidenciaron una puntuación igual o superior a 3 en pesimismo defensivo, siendo el 4.9% quienes mostraron una puntuación situada en el rango 4-5, indicativa de una utilización sistemática de esta estrategia. El valor de chi-cuadrado ($\chi^2(38) = 43.032, p = .265$) no resultó estadísticamente significativo, evidenciando que las diferencias en la frecuencia de utilización del pesimismo defensivo en función del género no resultaron relevantes.



Tabla 3. Comparación de frecuencias (bastantes veces, muchas veces o siempre) en la relación entre el género y las estrategias de autoprotección de la valía personal

	Self-handicapping activo	Self-handicapping alegado	Pesimismo defensivo
Mujeres	10.4%	10.8%	21%
Hombres	22.4%	14.6%	15.9%

Discusión y conclusiones

Si bien en la naturaleza del ser humano se encuentra la necesidad de proteger los sentimientos de competencia y valía personal, para algunos estudiantes este sentido de autoprotección se vuelve exacerbado, implicándose propositivamente en la adopción de estrategias que les permitan salvaguardar prioritariamente su autoestima ante un potencial fracaso. En este estudio se analizó la prevalencia del self-handicapping y del pesimismo defensivo en el contexto universitario, consideradas como dos de las estrategias de autoprotección más comunes en situaciones de logro.

Nuestros resultados son consistentes con los de la investigación precedente (e.g., Martin y Marsh, 2003; Rodríguez, 1999), indicando la existencia de un porcentaje nada desdeñable de estudiantes que recurre con asiduidad a estas estrategias. En este sentido, nuestros hallazgos ponen de manifiesto que entre un 15% y un 20% del alumnado encuestado afirma utilizar con bastante frecuencia el self-handicapping (en cualquiera de sus formas) y el pesimismo defensivo. Bien es cierto que estos porcentajes decrecen considerablemente (situándose entre un 1.5% y un 4%) cuando se cuestiona sobre la utilización sistemática (i.e., muchas veces o siempre) de alguna de estas estrategias. Estos porcentajes estarían también en consonancia con los obtenidos por Ferradás et al. (2010). Quizá, como principal novedad, los resultados del presente estudio parecen indicar que la frecuencia de utilización del self-handicapping activo y del self-handicapping alegado es prácticamente idéntica. Esta cuestión podría ser relevante, en la medida en que la investigación previa refiere que los mecanismos activos de self-handicapping resultan más desadaptativos que los de corte alegado (Clarke y MacCann, 2016; Ferradás et al., 2016).

El segundo objetivo de este trabajo se centraba en determinar si estudiantes mujeres y hombres se diferenciarían en la frecuencia de utilización de las estrategias de autoprotección. Nuestros hallazgos indican que el porcentaje de estudiantes que afirma utilizar el self-



handicapping activo habitualmente (i.e., bien sea bastantes veces, muchas veces o siempre) es sensiblemente más elevado en los varones (24.4%) que en las mujeres (10.4%), resultando estas diferencias estadísticamente significativas. Por tanto, este dato refrendaría los resultados obtenidos por la investigación precedente (e.g., Yu y McLellan, 2019), sugiriendo que, a la hora de autoproteger la valía personal, los estudiantes varones son, en comparación con las mujeres, más proclives a implicarse en mecanismos de autoobstaculización altamente activos, como postergar el estudio, desimplicarse del mismo, o sobreimplicarse en numerosas actividades simultáneamente. Conviene precisar que, cuando se analiza el porcentaje de estudiantes que utilizan este tipo de estrategias muchas veces, apenas se evidencian diferencias entre mujeres (2%) y hombres (2.2%). Por tanto, las diferencias asociadas al género respecto a la utilización del self-handicapping activo podrían encontrarse en aquel estudiantado que muestra una tendencia a utilizar esta estrategia con relativa frecuencia, pero no entre aquellos/as que son self-handicappers crónicos.

También se obtuvieron porcentajes algo más altos en los varones (14.6%) que en las mujeres (10.8%) en cuanto a la utilización frecuente del self-handicapping alegado. No obstante, estas diferencias no resultaron estadísticamente significativas, dato que parece confirmar los resultados de otros trabajos (e.g., Hirt et al., 1991), que apuntan a que esta estrategia sería utilizada por igual en ambos géneros.

En lo que respecta al pesimismo defensivo, los escasos precedentes existentes (Ferradás, 2014; Lim, 2009) apuntaban a una utilización más recurrente de esta estrategia en las mujeres. Nuestros resultados también reflejan esta tendencia. Así, el 21% de las mujeres encuestadas afirmaron utilizar el pesimismo defensivo con una frecuencia de entre bastantes veces y siempre, frente al 15.9% de los varones. Sin embargo, estas diferencias no alcanzaron la significatividad estadística. Es posible que el escaso número de varones representados en nuestra muestra en relación al de estudiantes mujeres pudiera haber condicionado estos hallazgos, por lo que futuros trabajos deberán analizar esta cuestión con muestras de estudiantes más compensadas en cuanto al género.

Esta cuestión, la representación de estudiantes varones en nuestra muestra, supone una limitación del estudio realizado. Otra limitación estriba en el procedimiento de muestreo efectuado y en la representación obtenida de las titulaciones universitarias, en la medida en que hacen que no sea posible generalizar los resultados obtenidos al conjunto de la población



universitaria. Asimismo, el carácter transversal del diseño y la utilización de instrumentos de autoinforme invitan a asumir con cautela los hallazgos obtenidos. Futuros trabajos deberán corroborar estos resultados a través de diseños longitudinales y procedimientos que combinen los cuestionarios con entrevistas al alumnado y a su entorno próximo.

A pesar de estas limitaciones, los resultados obtenidos parecen evidenciar una realidad presente en las aulas universitarias, como es la presencia de un número ciertamente destacable de estudiantes que adopta con frecuencia estrategias de autoprotección de la valía personal. Atendiendo a los notables perjuicios que conllevan, estos datos deben llevar al profesorado a reflexionar acerca de los aspectos de su actividad que pueden estar incrementando la tendencia de estos inseguros estudiantes a recurrir al self-handicapping y/o al pesimismo defensivo. Asimismo, es preciso que analicen qué medidas pueden adoptar para reducir esta tendencia. Con este fin, Martin y Marsh (2006) señalan la conveniencia de priorizar medidas de intervención educativa dirigidas a: (a) debilitar los vínculos que el estudiante establece entre su rendimiento y la valía personal; (b) evitar contextos competitivos de aprendizaje; (c) promover una visión constructiva del bajo rendimiento; y (d) fomentar atribuciones causales a factores controlables (y, por tanto, modificables) como el nivel de esfuerzo invertido en la tarea o las estrategias de aprendizaje y estudio utilizadas.

Referencias

- Azeem, K., y Zubair, A. (2021). Role of academic self-handicapping and self-regulated learning strategies in mastery goal orientation among adolescents. *FWU Journal of Social Sciences*, 15(2), 152-172. <http://doi.org/10.51709/19951272/Summer-2/9>
- Camacho, J. (1998). *Estadística con SPSS para Windows*. RAMA.
- Cano, F., Martin, A. J., Ginns, P., y Berbén, A. B. G. (2018). Students' self-worth protection and approaches to learning higher education: predictors and consequences. *Higher Education*, 76, 163-181. <https://doi.org/10.1007/s10734-017-0215-0>
- Clarke, I. E. y 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.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.080>

De Castella, K., Byrne, D., y Covington, M. V. (2013). Unmotivated or motivated to fail? A cross-cultural study of achievement motivation, fear of failure, and student disengagement. *Journal of Educational Psychology*, 105(3), 861-880.
<http://dx.doi.org/10.1037/a0032464>

Fernández-Abascal, E. G., Martín-Díaz, M. D., y Molina, V. B. B. (2018). Different conceptualizations of optimism/ pessimism and their relationship with physical and mental health and health-related behaviors. *Journal of Depression and Anxiety Disorders*, 2(1), 41-54. <http://dx.doi.org/10.36959/362/472>

Ferradás, M. M. (2014). *Self-handicapping y pesimismo defensivo en estudiantes universitarios: su relación con la autoestima y las metas de logro* (Tesis doctoral, Universidade da Coruña, España).

Ferradás, M. M., Freire, C., Núñez, J. C., Piñeiro, I., y Rosário, P. (2017). Motivational profiles in university students. Its relationship with self-handicapping and defensive pessimism strategies. *Learning and Individual Differences*, 56, 128-135.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.lindif.2016.10.018>

Ferradás, M. M., Freire, C., Valle, A., y Núñez, J. C. (2016). Academic goals and self-handicapping strategies in university students. *Spanish Journal of Psychology*, 19: E24. <http://dx.doi.org/10.1017/sjp.2016.25>

Ferradás, M. M., Rodríguez, S., y Freire, C. (2010). Prevalencia de las estrategias motivacionales de autoprotección de la valía en una muestra de estudiantes universitarios. En R. G. Cabanach, A. Valle, R. Arce, y F. Fariña (Eds.), *Calidad de vida, bienestar y salud* (pp. 148-150). Psicoeduca.



- Finney S. J. y DiStefano C. (2006). Non-normal and categorical data in structural equation modeling. En G. R. Hancock y R. O. Mueller (Eds.), *Structural equation modeling. A second course* (pp. 269–314). Information Age Publishing.
- Graham, S. (2020). An attributional theory of motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101861. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101861>
- Guth, E. A. (2018). *Defensive pessimism and goal setting* (Tesis doctoral, DePaul University, Estados Unidos). https://via.library.depaul.edu/csh_etd/265
- Hirt, E. R., Deppe, R. K. y Gordon, L. J. (1991). Self-reported versus behavioral self-handicapping: Empirical evidence for a theoretical distinction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(6), 981-991. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.61.6.981>
- Lim, L. (2009). A two-factor model of defensive pessimism and its relations with achievement motives. *Journal of Psychology*, 143(3), 318-336. <http://dx.doi.org/10.3200/JRLP.143.3.318-336>
- Martin, A. J. (1998). *Self-handicapping and defensive pessimism: predictors and consequences from a self-worth motivation perspective* (Tesis doctoral, University of Western Sidney, Australia). <https://researchdirect.westernsydney.edu.au/islandora/object/uws:587>
- Martin, A. J. y Marsh, H. W. (2003). Fear of failure: Friend or foe? *Australian Psychologist*, 38(1), 31-38. <http://dx.doi.org/10.1080/00050060310001706997>
- Martin, A. J. y Marsh, H. W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the Schools*, 43(3), 267-281. <http://dx.doi.org/10.1002/pits.20149>
- Nob, R. M., Bumanglag, A. M. L., Diwa, G. M. A., y Ponce, G. I. (2018). The moderating



- role of defensive pessimism in the relationship between test anxiety and performance in a licensure examination. *Educational Measurement and Evaluation Review*, 9(1), 68-83.
- Norem, J. K. (2002). *El poder positivo del pensamiento negativo. Utiliza el pesimismo defensivo para reducir tu ansiedad y rendir al máximo*. Paidós.
- Putwain, D. W. (2019). An examination of the self-referent executive processing model of test anxiety: Control, emotional regulation, self-handicapping, and examination performance. *European Journal of Psychology of Education*, 34, 341-358. <https://doi.org/10.1007/s10212-018-0383-z>
- Rodríguez, S. (1999). *Autorregulación motivacional del aprendizaje. Características diferenciales e implicaciones cognitivo-motivacionales* (Tesis doctoral, Universidade da Coruña, A Coruña, España).
- Schwinger, M., Trautner, M., Pütz, N., Fabianek, S., Lemmer, G., Lauermann, F., y Wirthwein, L. (2021). Why do students use strategies that hurt their chances of academic success? A meta-analysis of antecedents of academic self-handicapping. *Journal of Educational Psychology*. <https://doi.org/10.1037/edu0000706>
- Showers, C. (1988). The effects of how and why thinking on perceptions of future negative events. *Cognitive Therapy and Research*, 12(3), 225-240. <http://dx.doi.org/10.1007/BF01176187>
- Török, L., Szabó, Z. P., y Tóth, L. (2018). A critical review of the literature on academic self-handicapping: Theory, manifestations, prevention and measurement. *Social Psychology of Education*, 21, 1175–1202. <https://doi.org/10.1007/s11218-018-9460-z>.
- Yu, J. y McLellan, R. (2019). Beyond academic achievement goals: The importance of social achievement goals in explaining gender differences in self-handicapping. *Learning*



and Individual Differences, 69, 33-44. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2018.11.010>