

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

FACULTAD DE PSICOLOGÍA



**PERFECCIONISMO Y BIENESTAR EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS EN EL CONTEXTO DE LA
EMERGENCIA SANITARIA**

Tesis para obtener el título profesional de Licenciado en Psicología que presenta:

Jean Carlos Canevaro Montesinos

Asesora:

Yuliana Patty Vilela Alemán

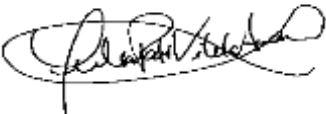
Lima, 2023

Informe de similitud

Yo, Yuliana Patty Vilela Alemán, docente de la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesora de la tesis titulada “Perfeccionismo y bienestar en estudiantes universitarios en el contexto de la emergencia sanitaria” del autor Jean Carlos Canevaro Montesinos.

Dejo constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de 25%. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software *Turnitin* el 25/01/2023.
- He revisado con detalle dicho reporte y confirmo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio alguno.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las pautas académicas. Lugar y fecha: Lima, 26 de enero de 2023

Apellidos y nombres del asesor / de la asesora:	
<u>Vilela Alemán, Yuliana Patty</u>	
DNI: 46447854	Firma 
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-8324-4478	



Dedicatoria

A Dios porque en todo momento me acompaña.

A mi mamá, papá, hermano y abuelos, a quienes amo, porque siempre fueron mi mayor fuente de inspiración, ayuda y motivación para no rendirme.

A mi mamá Eugenia, quien me acompañó desde que nací. Ahora, me cuida desde el cielo.

A todos los que se fueron en esta Pandemia y nos cuidan.

A mi asesora Patty, una persona increíble, quien me acompañó en todo este proceso.

A cada una de las personas que fueron parte de la construcción de esta investigación.

A cada persona especial que he conocido y me ayudaron con su confianza, aliento y cariño.

Resumen

La presente investigación tuvo como propósito analizar la relación entre las dimensiones de perfeccionismo y bienestar en estudiantes universitarios en el contexto de la emergencia sanitaria. Con este fin, se evaluó a 126 estudiantes universitarios de la ciudad de Lima Metropolitana entre las edades de los 18 y los 28 años ($M = 21.11$ años; $DE = .36$). Los instrumentos utilizados fueron la escala Multidimensional de Perfeccionismo (Rodríguez et al., 2009) y las escalas de Florecimiento y Afecto positivo y negativo para la evaluación del bienestar (Cassaretto & Martínez, 2017). Se encontró que la mayoría de las correlaciones entre las dimensiones de perfeccionismo y bienestar fueron significativas y tienen una magnitud entre pequeña y mediana. Asimismo, se realizaron comparaciones entre las variables sociodemográficas (sexo y edad), académicas (universidad de pertenencia y retiro de la universidad) y las variables psicológicas de la presente investigación, pero no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre ellas. Por último, el propósito del estudio fue cumplido en tanto permitió demostrar la presencia de correlaciones significativas entre las dimensiones de bienestar y perfeccionismo.

Palabras clave: Perfeccionismo, bienestar, estudiantes universitarios, contexto de la emergencia sanitaria

Abstract

The purpose of the present study was to analyze the relationship between the dimensions of Perfectionism and Well-being in university students in the context of the Public health emergency. To this end, 126 university students from the city of Metropolitan Lima between the ages of 18 and 28 years ($M=21.11$; $SD=.36$) were evaluated. The instruments used were the Multidimensional Perfectionism scale (Rodriguez, et al., 2009) and the Flourishing and Positive and Negative Affect scales for the evaluation of Well-being (Cassaretto & Martinez, 2017). It was found that most of the correlations between the perfectionism and well-being dimensions were significant and have a small to medium magnitude. Likewise, comparisons were made between the sociodemographic variables (sex and age), academic variables (university of belonging and withdrawal from the university) and the psychological variables of the present investigation, but no statistically significant differences were found between them. Finally, the purpose of the study was fulfilled because as it demonstrated the presence of significant correlations between the dimensions of well-being and perfectionism.

Key words: Perfectionism, Well-being, university students, health emergency context.

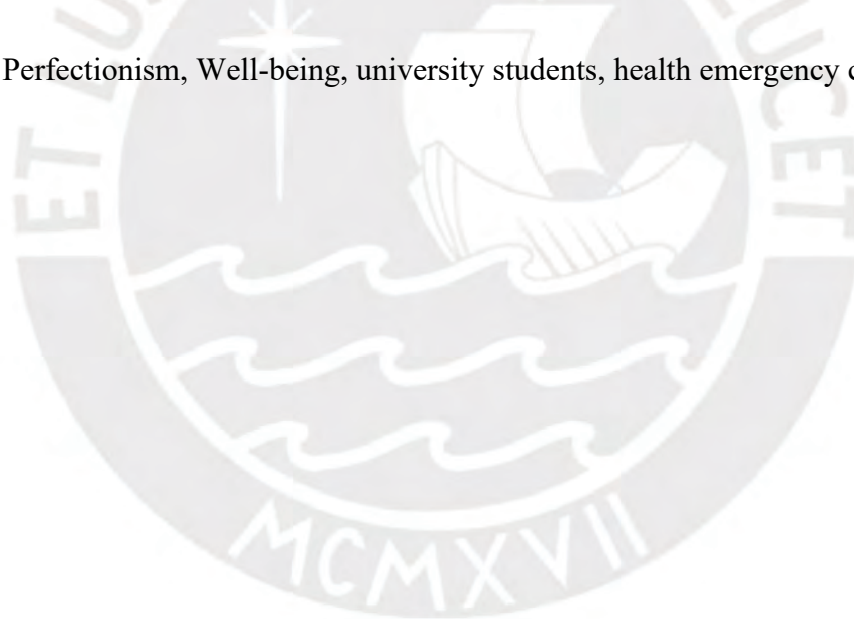
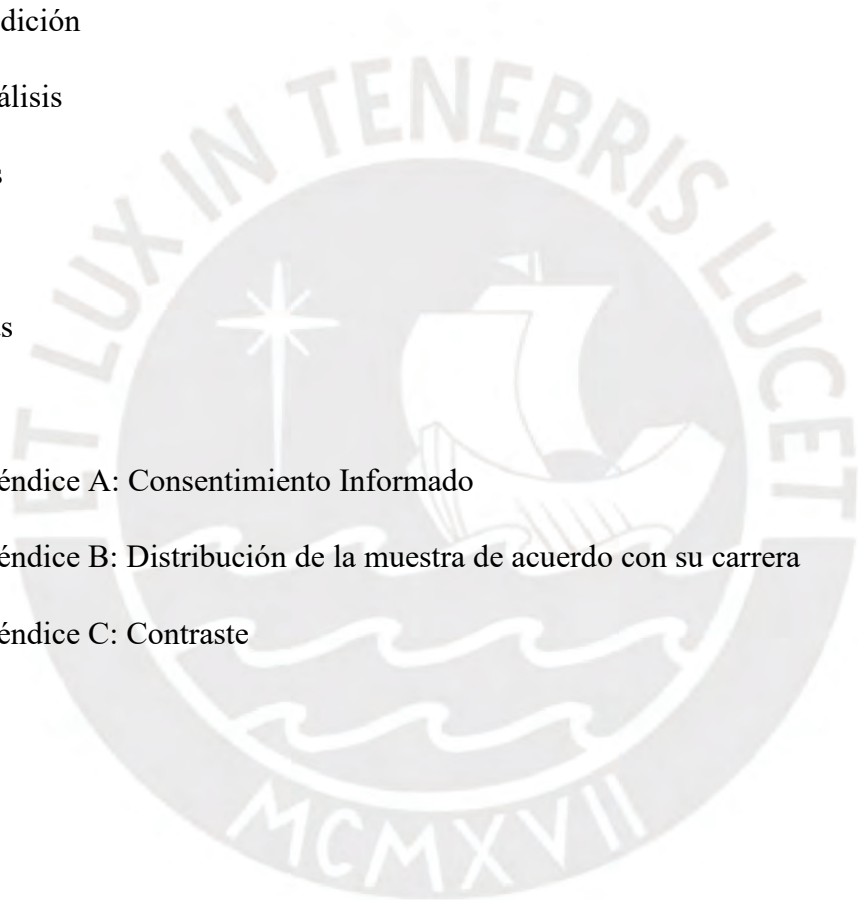


Tabla de contenido

Introducción	1
Método	10
Participantes	10
Medición	10
Análisis	13
Resultados	15
Discusión	17
Referencias	23
Apéndices	36
Apéndice A: Consentimiento Informado	36
Apéndice B: Distribución de la muestra de acuerdo con su carrera	37
Apéndice C: Contraste	38



Introducción

A nivel mundial, surgió una emergencia sanitaria ocasionada por el nuevo coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19), la cual repercutió a nivel social, económico y político en todos los países. De todas las regiones, Latinoamérica ha sido una de las regiones más afectadas (Marchiori & Tobar, 2020; Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020). En el caso específico del Perú, el gobierno se vio obligado a tomar medidas rigurosas para frenar la propagación del virus. Por ello, se decretó el estado de emergencia. De esta forma, se inició la cuarentena en todo el país, la cual sería una de las principales medidas en la lucha contra del virus. Entre estas medidas se consideró el cierre de los lugares públicos como centros comerciales, colegios y universidades (Decreto Supremo 44, 2020; Ministerio de Salud [Minsa], 2020; OMS, 2020).

Los centros de formación básica y superior tuvieron que ejecutar nuevas metodologías de enseñanza. De este modo, se implementó la formación de las clases de modo virtual. A partir de esta medida, se evidenciaron inequidades en el acceso a recursos tecnológicos (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2020). En consecuencia, en el nivel escolar (primaria y secundaria), se buscaron soluciones como la presentación de las clases en canales de televisión de señal abierta; mientras que, en el nivel de educación superior, se realizaron préstamos de laptops, equipos de conexión de red, entre otras medidas que se ajustaron a los recursos de cada institución (Lozano, 2020; Sarabia, 2020).

Adicionalmente, la población enfrentó pérdidas humanas de familiares y amigos como también problemas en la economía y en el ámbito laboral (Cuba, 2021). A partir de este último, el panorama en el mercado laboral ha sido poco alentador debido al desempleo y falta de trabajo. Por ello, la inserción en esta área para los futuros trabajadores, muchos de ellos jóvenes, se ha visto afectada (Alcover, 2020). Por otro lado, la población estudiantil manifestó diferentes dificultades psicológicas como niveles altos de estrés, ansiedad, síntomas depresivos, entre otros. En consecuencia, a todos los problemas mencionados, se han visto vulneradas las personas con respecto a su bienestar (Ahumada, 2020; Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2020; Sarabia, 2020).

Teniendo en cuenta lo previo, diversas instituciones realizaron investigaciones con el objetivo de identificar las principales problemáticas de los estudiantes y contribuir a la mejora de las mismas (Dávila et al., 2022; Hermitaño & Delgado, 2022; Ministerio de Educación [Minedu], 2021; Moreno et al., 2022). De esta manera, se corroboró que diferentes problemáticas como el estrés, la ansiedad, la incertidumbre, la insatisfacción, entre otras, se han mantenido en los estudiantes durante todo el tiempo de pandemia. Así, se proponen diferentes estrategias para enfrentar las dificultades previas lo que a su vez demuestra el interés por mejorar el bienestar de los estudiantes universitarios (Dávila et al., 2022; Minedu, 2021; Moreno et al., 2022; Zapata et al., 2021).

Respecto a la mencionada variable, tradicionalmente, el bienestar se ha abordado bajo dos aproximaciones filosóficas importantes que se encuentran relacionadas con la felicidad y el desarrollo del potencial humano. Estos se vinculan con el bienestar hedónico y el bienestar eudaimónico, respectivamente (Ryan & Deci, 2001). Por un lado, el enfoque eudaimónico es entendido como la realización de las potencialidades humanas. En otras palabras, se centra en la habilidad para manejar de forma efectiva el entorno y autoaceptación de las personas. Por ello, se centraría en reconocer y desarrollar los talentos de cada individuo y sus significados de vivir (Ryan & Deci, 2001; Vásquez et al., 2009).

Por otro lado, el enfoque hedónico define el bienestar como presencia de afectos positivos y negativos. Asimismo, refleja lo que las personas piensan y sienten de sí mismas, además de enfocarse en las conclusiones que se tienen de los afectos, las cuales se logran al evaluar la propia existencia. Dentro de este enfoque, la felicidad sería una suma de momentos placenteros que se tiene en la vida (Diener et al., 2009; Kahneman et al., 1999). En la literatura científica, se ha empleado los constructos de bienestar subjetivo y bienestar psicológico para representar el enfoque hedónico y eudaimónico, respectivamente (Keyes et al., 2002; Ryff & Singer, 1998).

Algunos autores han sugerido que es necesario un modelo integrado que incluyan los enfoques mencionados (Diener et al., 2009; Ryan & Deci, 2001). De esta forma, se trataría de dos dimensiones de un mismo constructo (Keyes et al., 2002). Diener et al. (2010) proponen un modelo de bienestar que es entendida a través de dos dimensiones: el Florecimiento (*flourishing*) y los Afectos (positivo y negativo).

La dimensión de Florecimiento se basa en la teoría humanista de florecimiento o prosperidad, conceptos como *flow* y compromiso compuesto, noción de capital social entre otros (Csikszentmihalyi, 1990; Ryff, 1989). Esta área está vinculada con las relaciones sociales. Asimismo, determina el nivel de funcionamiento psicosocial del individuo, de esta forma, entrega mayor interés a las relaciones interpersonales positivas y a los sentimientos de competencia, el cual se enfoca en un propósito (Ryan & Deci, 2001).

La dimensión de Afectividad (positiva y negativa) se centra en los sentimientos y emociones de los sujetos. Por un lado, los afectos positivos son la predisposición de experimentar emociones positivas, el cual refleja bienestar personal y social. Mientras que, los afectos negativos son relacionados con distrés subjetivo, los cuales se pueden relacionar con la depresión (Ambrona & López, 2014). La presencia e intensidad de los afectos positivos y negativos en la persona son consideradas aspectos básicos para estudiar el bienestar como parte del equilibrio de la misma. Los afectos son factores importantes en las experiencias emocionales, los cuales pueden ser considerados como transitorios o más estables en las personas (Diener et al., 2009; Diener et al., 2010).

En cuanto a la vinculación existente entre las manifestaciones de esta dimensión y otros componentes, se puede señalar que algunos estudios describen una relación inversa entre el bienestar y la edad, ya que esta tiende a disminuir conforme va aumentando la edad, debido al incremento de las demandas personales, familiares, sociales, entre otras (González et al., 2015; Lades et al., 2020).

Por otro lado, se encontró que existe relación y diferenciación entre el afecto negativo y el sexo, ya que los hombres presentaron mayor puntaje en esta dimensión en comparación con las mujeres. Además, respecto al florecimiento y la variable edad, se puede mencionar que no se encontraron relaciones significativas (Jave, 2019; Quispe, 2018).

En estudiantes universitarios, se encontró que el bienestar correlaciona de manera positiva con el rendimiento académico (Ionescu, 2017). Además, el predominio de emociones positivas se relaciona con un mejor rendimiento académico en los estudiantes. La afectividad positiva se vincula con el estado de ánimo, la cual permitirá tener mejores resultados académicos, debido a que surge una motivación positiva que influirá en la obtención de mejores resultados en los estudios (Ariza-Hernández, 2017; Fredrickson, 2001). Por otro lado, al experimentar emociones negativas como miedo y tristeza se ve afectado el bienestar psicológico y, posiblemente, afecte el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Esto puede ser debido al impacto negativo en la persona, la cual afectaría en el estado de ánimo y en las diversas situaciones dentro de la vida universitaria (Casanova & González, 2016).

En la misma línea, respecto al bienestar y las variables académicas, se ha encontrado que la afectividad positiva es considerada como variable mediadora entre el compromiso académico y el rendimiento. En otras palabras, la afectividad positiva al vincularse entre el compromiso y el rendimiento académico permitirá que los estudiantes obtengan mejores resultados en la universidad (Uludag, 2016). Otro estudio halló que la afectividad positiva es un predictor del compromiso académico y de los recursos personales, debido a que, con esta afectividad, el compromiso y los recursos tendrán resultados positivos (Ouweneel et al., 2011).

Los estudiantes universitarios se encuentran expuestos a diversas situaciones demandantes y también a las altas exigencias en la universidad, las cuales les podrían generar desventajas en el rendimiento y desempeño académico. Esto puede ser explicado debido a los aspectos de autocríticas en el desenvolvimiento que presentan el estudiante, especialmente quienes tienen rasgos perfeccionistas (De Rosa et al., 2012; Helguera & Oros, 2018; Rice et al., 2003). Esta alta exigencia puede generar estrés, ansiedad e insatisfacción con los logros que cada estudiante puede alcanzar. De este modo, el bienestar se ve afectado debido a diversos factores como altos niveles de perfeccionismo en los estudiantes, el cual será estudiado en la presente investigación (Arana et al., 2010; Dunkley et al., 2003; Lara et al., 2015).

Al respecto, es fundamental mencionar que el estudio del perfeccionismo se ha complejizado a causa de los diferentes abordajes teóricos y empíricos interesados en la relación que presenta con diferentes temas como la salud y el bienestar (Flewitt & Hewitt, 2002; Helguera & Oros, 2018; Oros & Vargas- Rubilar, 2016). De manera general, el perfeccionismo se caracteriza por establecer y lograr metas de alto nivel, las cuales son establecidas personalmente y son acompañadas de pensamientos frecuentes sobre las

mismas. De este modo, los pensamientos recurrentes están relacionados a las metas de alto nivel y se presentan con una autoevaluación crítica (Frost et al., 1990).

Inicialmente, el perfeccionismo ha sido caracterizado por aspectos sintomáticos, patológicos e irracionales (Burns, 1980). De esta manera, ha primado un abordaje único y negativo en la comprensión del mismo. Desde esta mirada unidimensional, el perfeccionismo es entendido como la autoexigencia a una situación y como parte de las cogniciones que uno mismo puede manejar (De Rosa et al., 2012). De esta forma, se manifiesta a través de una constante preocupación por evitar cometer errores, la cual está acompañada de una autoevaluación negativa y de la autoimposición de estándares altos (Burns, 1980; Hollender, 1965; Patch, 1984).

A partir de las investigaciones teóricas de Hamachek (1978) se empezó a cuestionar y diferenciar las dimensiones del perfeccionismo. De esta manera, se consideró un aspecto positivo y otro aspecto negativo. Por un lado, el perfeccionismo positivo es entendido como un aspecto saludable que beneficia al individuo. Se caracteriza por la búsqueda de niveles altos en las metas y una motivación positiva para lograrlas. Mientras que el perfeccionismo negativo se vincula con un aspecto no saludable, el cual puede generar malestar en el individuo. Está relacionado a la alta discrepancia que se tiene entre los altos estándares y la posibilidad de lograrlo, también con el neuroticismo y la insatisfacción (Arana et al., 2010; Flett & Hewitt, 2006; Slaney et al., 2001). Posteriormente, diversos autores profundizaron en el estudio del perfeccionismo y mantuvieron esta visión dicotómica de positivo o negativo y adquirieron otras categorías, tales como desadaptativo y adaptativo; funcional o disfuncional; patológico y no patológico (Frost et al., 1990; Kempke et al., 2011; Scappatura et al., 2017), lo cual refleja la dualidad en la comprensión del perfeccionismo.

Posteriormente, Flett y Hewitt (2002) presentan un nuevo modelo multidimensional. Esta aproximación del perfeccionismo, a diferencia de los modelos anteriores, está caracterizada por su dinamismo social, el cual toma en cuenta la relación entre la persona y el entorno. De esta manera, este modelo incluye el rol de los factores sociales como la familia (Flett et al., 2002; Hewitt & Flett, 1991; Lozano-Fernández et al., 2012). Para fines de esta investigación, se considerará este modelo, el cual propone 3 dimensiones: Perfeccionismo orientado a sí mismo (P-AO), Perfeccionismo orientado a los demás (P-OD) y Perfeccionismo socialmente prescrito (P-SP).

En primer lugar, *el perfeccionismo orientado a sí mismo u auto orientado* consiste en una exigencia y búsqueda de resultados muy altos que son difíciles de alcanzar (Flett et al., 1989; Oros, 2003). De este modo, surge un nivel de crítica personal y censura de algunos comportamientos para poder evitar el fracaso (Caputto et al., 2015). Asimismo, incluye un destacado componente motivacional, reflejado en lograr la perfección en los esfuerzos del individuo y de evitar fallas. Además, el perfeccionismo autodirigido ha sido asociado con índices de inadaptación como la ansiedad y estrés (Flett & Hewitt, 2002; Hewitt & Flett, 1991; Lozano-Fernández et al., 2012).

En segundo lugar, *el perfeccionismo orientado hacia los demás* es comprendido como la exigencia a otras personas con un valor importante en la vida del individuo para que sean perfectos (Flett et al., 1989). Se encuentra relacionada con la consideración de metas altas orientadas a otras personas, las cuales suelen ser no realistas (De Rosa et al., 2012). Esto genera una evaluación constante del desempeño que realiza el mismo individuo. El perfeccionismo orientado a los demás suscita la falta de confianza, sentimientos de hostilidad y culpa hacia otros (Lozano-Fernández et al., 2012). No obstante, esta dimensión del perfeccionismo también puede relacionarse con atributos como la capacidad de liderazgo o tener facilidad de motivación a otros (Flett & Hewitt, 2002; Hewitt & Flett, 1991; Oros, 2003).

Finalmente, la dimensión de *perfeccionismo socialmente prescrito* se define como la percepción que se tiene de los demás y que se cree que ellos esperan que sea perfecto (Flett et al., 1989; Hewitt & Flett, 1991). De esta forma, estos mandatos suelen ser exagerados o imposibles de cumplir; sin embargo, el individuo debe cumplir con los mismos para ser aceptados en su entorno (Helguera & Oros, 2018). Esta dimensión del perfeccionismo se relaciona con una variedad de consecuencias negativas, debido a que las normas impuestas por otras personas significativas son percibidas como incontrolables o excesivas, experiencias de fracaso y estados emocionales negativos como ira o ansiedad

(Flett & Hewitt, 2002; Lozano-Fernández et al., 2012; Oros, 2003).

El perfeccionismo es una característica que se desarrolla durante la vida de la persona y se puede observar rasgos a partir de la infancia (Lozano-Fernández et al., 2012). En esta etapa del desarrollo, se evidencia a través de las altas expectativas que se impone el sujeto, las cuales fueron establecidas por su familia y el entorno social como la escuela (García et al., 2016). Luego, este rasgo se consolida en la etapa de la adultez, dado a que el nivel cognitivo y el psicológico llegarán a su madurez (Berger, 2010; Frost et al., 1993; Taber-Thomas & Perez-Edgar, 2015; Tanner & Arnett, 2009; Trujillo, 2010).

La gran parte de estudios empíricos del perfeccionismo se han centrado en la etapa universitaria, debido a que los rasgos perfeccionistas se podrían acentuar en el contexto académico (Arana et al., 2014; Dunkley et al., 2003; Shafran et al., 2002). Esto se debe a que, a diferencia de la escuela, la etapa universitaria se caracteriza por la alta exigencia académica o laboral, la preocupación por el desempeño, la incertidumbre por el futuro y problemas interpersonales (Arias et al., 2010; Canby et al., 2015; González et al., 2007).

En el contexto universitario, las investigaciones realizadas en población universitaria señalan que más del 50 % presentan características perfeccionistas (Arana et al., 2009; Curran & Hill, 2017). En efecto, una investigación que consideró a 82 jóvenes universitarios encontró que el 54% de estos presentan características adaptativas y desadaptativas del perfeccionismo (Arana et al., 2009). Otro estudio reportó que los estudiantes universitarios que presentan mayores rasgos perfeccionistas experimentan incertidumbre respecto a sus problemas (Ynouye, 2021). Además, otros resultados indican que las generaciones recientes de estudiantes universitarios son más perfeccionistas en las 3 dimensiones, debido al predominio de las culturas individualistas, las cuales enfrentan a jóvenes a entornos más competitivos (Curran & Hill, 2017). Sumado a ello, los padres de estos jóvenes presentan características más controladoras, a comparación de generaciones anteriores, lo cual incrementa el nivel de expectativa respecto a los logros de los jóvenes (Curran & Hill, 2017).

Asimismo, los estudios han reportado una relación inversa entre el perfeccionismo y el desempeño académico, los cuales ha encontrado que los estudiantes que reportan una alta preocupación por no fracasar en la universidad tienden a evitar rendir exámenes (Arana et al., 2014; Blankstein et al., 2008), inclusive podría conllevar a la deserción académica. También se ha encontrado evidencia sobre la relación entre el perfeccionismo y la disminución del desempeño debido al estrés académico y los síntomas asociados (Torres, 2020). En una muestra de 135 estudiantes universitarios se encontró que quienes presentaron altas puntuaciones en la dimensión perfeccionismo orientado a sí mismo y el perfeccionismo orientado a otros tendían a aplazar sus labores académicas por temor a fracasar (Onwuegbuzie, 2000).

Con respecto a la relación entre el perfeccionismo y el bienestar, se ha encontrado, en estudiantes universitarios, que el perfeccionismo socialmente prescrito mostró una relación negativa con el florecimiento, mientras que el perfeccionismo orientado a sí mismo mostró una relación positiva con esta variable (Gaudreau & Thompson, 2010; Stoeber & Corr, 2016). Esto podría deberse a que, la posibilidad de alcanzar la perfección, genera satisfacción personal y por tanto mayor sensación de plenitud. Asimismo, algunos individuos con rasgos perfeccionistas presentan altas puntuaciones de florecimiento, particularmente aquellos que tienen unas altas puntuaciones en perfeccionismo autodirigido y los que presentan bajas puntuaciones en la dimensión del perfeccionismo socialmente prescrito, mientras que otros individuos con rasgos perfeccionistas experimentan bajos niveles de florecimiento, especialmente aquellos con altos perfeccionismo socialmente prescrito (Datu, 2018; Gaudreau & Thompson, 2010; Stoeber & Corr, 2016). Así también, se puede señalar que el perfeccionismo puede tener un impacto negativo, debido a que los individuos tienden a condicionar su valía en función de sus logros obtenidos, generando inestabilidad en ellos (Flett et al., 2016). De esa manera, frecuentemente experimentan consecuencias negativas sobre su salud mental, manifestando problemáticas tales como depresión, ansiedad, entre otras (De Rosa, 2012).

En adición a las dificultades previamente mencionadas, se puede mencionar que la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19 generó diversos problemas dentro de la población mundial, sobre todo en la población joven y adulta, repercutiendo así, en el incremento de las problemáticas que los afectan (Lozano, 2020; Minsa, 2020; OMS, 2020; Sarabia, 2020). Por ello, la importancia del presente estudio radica principalmente en que los jóvenes universitarios se encuentran en un contexto altamente exigente, los cuales podrían influir a que estos presenten sintomatología relacionada a problemas de salud

(Carranza, 2012; Padilla et al., 2010; Tataje, 2013).

Es así como, se ha encontrado que el bienestar de los estudiantes universitarios es afectado por tener altas puntuaciones en perfeccionismo, lo que evidencia el impacto negativo que este último posee sobre la salud del individuo. Por ello, el perfeccionismo se ha complejizado y ha tomado importancia dentro del campo de la investigación debido a su relación con diferentes temas como bienestar y psicopatologías (Flewitt & Hewitt, 2002; Oros & Vargas- Rubilar, 2016; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Finalmente, la mayoría de investigaciones se han centrado en estudiar el perfeccionismo con otros modelos de bienestar o en su mayoría las dimensiones de bienestar han sido estudiadas de manera desintegrada (Cassaretto & Martinez, 2017; Oros, 2003).

Asimismo, el modelo del perfeccionismo expuesto en la presente investigación es una propuesta que trasciende de lo individualista e incorpora los aspectos sociales, mientras que otros modelos anteriores, solo se enfocan en lo personal y no saludable (Flewitt & Hewitt, 2002). Asimismo, el modelo de bienestar es integrador el cual incluye dos enfoques: el hedónico y eudaimónico (Diener et al., 2010). Además, se pueden focalizar en temas de prevención para futuras intervenciones en un contexto universitario teniendo en cuenta que, al ser modelos recientes, existen pocas propuestas que intervengan a la vez el perfeccionismo y bienestar.

Considerando todo lo mencionado, se plantea como propósito principal de la presente investigación analizar la relación de las dimensiones entre el perfeccionismo y bienestar en estudiantes universitarios en el contexto de la emergencia sanitaria. Como objetivos específicos, se exploran las diferencias entre las variables de estudio con las variables sociodemográficas. Por último, se describen las variables relacionadas a la emergencia sanitaria de este grupo de estudiantes.

Método

Participantes

El presente estudio contó con la participación de 126 estudiantes universitarios de la ciudad de Lima Metropolitana. El 15.10 % de los participantes fueron hombres y el 84.90% mujeres. La edad osciló entre los 18 y los 28 años ($M = 21.11$ años; $DE = .36$). De este grupo, el 29.40% ($n = 37$) se encontraban cursando una carrera relacionada a las Ciencias de la Salud, el 25.40% ($n = 32$) Ciencias Sociales, el 21.40% ($n = 27$) Educación y 23.80% ($n = 30$) otras carreras (Apéndice B). La mayoría de los participantes se encontraron en el sexto ciclo (32.50%) y en el décimo ciclo (19%). Además, el 6.30% reportaron que se matricularon solo en el ciclo 2020-1, el 13.50% solo en el 2020-2 y el 80.20% se matricularon en ambos semestres.

Respecto a los datos relacionados a la emergencia sanitaria, el 80.20% de los participantes afirmaron que sus familias se vieron afectadas por la pandemia. También, el 48.40% de los participantes reportaron que tenían algún familiar o persona significativa como los profesionales de la salud, militares y policías que se encuentran en primera línea frente a la pandemia.

Como criterios de inclusión, se consideró que los participantes sean estudiantes que se hayan matriculados en el semestre 2020-1, 2020-2 o en ambos. Los cuestionarios *online* fueron enviados vía correo electrónico y redes sociales. Asimismo, se les informó a los participantes el carácter anónimo, confidencial y voluntario de la participación a través del consentimiento informado (Apéndice A).

Como criterios de exclusión, se retiraron las respuestas de participantes que no se hayan encontrado matriculados en ninguno de los ciclos mencionados, así como de aquellos que sean menores de edad y de los participantes que no completaron el formulario en su totalidad.

Medición

El **perfeccionismo** fue medido a través de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo - EMP (Hewitt & Flett, 1991). Esta escala está compuesta por 45 ítems, las cuales son subdivididas en 3 subescalas: Perfeccionismo auto-orientado (P-AO), Perfeccionismo socialmente prescrito (P-SP) y Perfeccionismo orientado a los demás (P-OD). El cuestionario está compuesto por una escala Likert con siete opciones, en la cual 1 significa “total desacuerdo” y 7 “acuerdo total”. Hewitt y Flett (2004) sugieren que el puntaje obtenido de cada subescala sea mantenido por separado y no considerar un puntaje global, de esta forma, se mantiene el carácter multidimensional del perfeccionismo. Estos

mismos autores han demostrado evidencias de validez convergente y discriminante para la escala con respecto a la variable autoestándares mínimos o ideales y con la subescala de P-AO; sin embargo, para el presente estudio estas no correlacionaron significativamente. Por su parte, el P-AO correlacionó significativamente con la importancia personal del desempeño y la importancia personal del logro de la meta.

Finalmente, se encontró más evidencia de validez discriminante por el hallazgo de que no había correlaciones significativas entre auto-medidas y el P-AO o el P-SP (Hewitt & Flett, 1991; Hewitt et al., 1995, 1996; Hewitt et al., 1998). Con respecto a la confiabilidad, se obtuvo a través del método de consistencia interna y se reportó un coeficiente de alfa de Cronbach de .79 para la presente escala.

En España, se realizó una adaptación de la EMP con un total de 356 estudiantes universitarios (Rodríguez et al., 2009). La escala se encuentra compuesta por 45 ítems con las mismas subescalas de la prueba original. En cuanto a la validez de constructo, los autores realizaron un análisis factorial exploratorio y encontraron un KMO de .81 y la esfericidad de Bartlett fue estadísticamente significativo ($p < 0.1$). Asimismo, la dimensión P-AO explica el 15.03% del modelo, la dimensión P-SP explica el 9.20% y la dimensión P-OD explica el 6.30% del modelo.

Con respecto a la validez convergente, se encontró una relación directa entre el cuestionario EMP y la subescala de perfeccionismo del EDI – 2, siendo las relaciones significativas más elevadas en las subescalas de P-OD y P-SP. Con respecto a la confiabilidad, se halló un coeficiente alfa de Cronbach, de .87 para la subescala P-AO, .76 para la subescala de P-SP y .66 para la subescala P-OD. Para las subescalas se obtuvo un .82 en P-AO, .63 en P-SP y .72 en P-OD.

En Paraguay, Bagnoli y Chávez (2017) realizaron un estudio con 300 estudiantes y se encontró un coeficiente de alfa de Cronbach de .88 para la subescala P-AO, .68 para la subescala P-SP y .72 para la subescala P-OD. En el Perú, Tataje (2013) realizó un estudio con 285 jóvenes universitarios entre los 18 y 29 años de edad de una universidad privada de Lima. Se realizó un análisis factorial exploratorio con rotación Varimax. Se encontraron tres componentes que explican el 39.31% de la varianza total. El factor 1 agrupó 20 ítems que explican el 22.85% de la varianza, el factor 2 comprendió 15 ítems con una varianza explicada del 11.18%, y el factor 3 contuvo 8 ítems que explican el 5.29% de la varianza total. Respecto a la confiabilidad, se obtuvo a través del método de consistencia interna un alfa de Cronbach .91 para la subescala P-AO, .86 para P-SP, y .66 para P-OD.

En el presente estudio, se obtuvo la confiabilidad a través del método de

consistencia interna. Se obtuvo un coeficiente alfa de .89 para la subescala P-AO; .82 para la subescala P-SP y .70 para la subescala P-OD.

El **bienestar** será medido mediante las escalas de Flourishing y la Escala de afectos positivos y negativos (Diener et al., 2010). Por un lado, la primera escala está comprendida por 8 ítems que son evaluados a través de una escala Likert que está compuesta por 7 puntos (1 es “Totalmente en desacuerdo” y 7 es “Totalmente de acuerdo”). Por otro lado, la segunda escala está compuesta por 12 ítems, de las cuales 6 evalúan afectos positivos (SPANE-P) y los otros 6 evalúan afectos negativos (SPANE-N). Esta será evaluada a través de una escala Likert donde 1 es “Casi nunca o nunca” hasta 5 que equivale a “Muy seguido o siempre”.

Con respecto a las propiedades psicométricas de ambas escalas, originalmente, se realizó un estudio con 689 estudiantes universitarios de cinco universidades de Estados Unidos y una de Singapur. Por un lado, la validez convergente de la escala de Flourishing fue correlacionada con la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y Singer (2008), la escala de Satisfacción de Necesidades de Deci y Ryan (2000), la escala de Satisfacción con la vida de Diener et al. (1985), la escala de Optimismo de Scheier et al. (1994) y la escala de Cantril (1966). Se encontraron correlaciones fuertes y positivas entre ambas escalas. Sin embargo, en el área de autonomía de la escala de Bienestar Psicológico y de Satisfacción de Necesidades se obtuvo correlaciones positivas, pero con una magnitud mediana de .43. En el análisis factorial exploratorio, se evidenció que un solo factor era explicado el 53% de la varianza. Con respecto a la confiabilidad de la escala de Flourishing, se obtuvo un alfa de Cronbach de .87 y un coeficiente test-retest de .71 (Diener et al., 2010).

En la escala SPANE, en el análisis factorial exploratorio se obtuvo para ambas dimensiones una correlación alta de -.60. En la validez convergente, se correlacionó con las escalas PANAS de Watson et al. (1988), la escala de Felicidad de Lyubomirsky y Lepper (1999) y el ítem de medición de felicidad de Fordyce (1988) con los cuales se encontró una correlación fuerte con respecto de las demás escalas. De ese modo, la SPANE-P explicaba el 61% de la varianza, mientras que la SPANE-N explicaba

el 53% de la varianza. Se obtuvieron correlaciones fuertes con todas las escalas, las cuales oscilaron entre .57 y .76. En la confiabilidad, los resultados mostraron índices de consistencia interna elevados: .87 para la SPANE-P, .81 para la SPANE-N.

La escala de bienestar ha sido validada en países como Portugal y Perú. En Portugal, se realizó una validación con 911 personas. En la escala de Flourishing se encontró un alfa de Cronbach de .83. Asimismo, en la escala de SPANE se encontró una consistencia interna adecuada (un alfa de Cronbach .90 para SPANE-P y un alfa de Cronbach de .84 para SPANE- N). Asimismo, se encontró que ambas escalas resultaron con una adecuada validez convergente. Se correlacionaron con la Escala de Satisfacción con la Vida (Diener et al., 1985), la Escala de Felicidad Subjetiva (Lyubomirsky & Lepper, 1999), el ítem de medición de la felicidad (Fordyce, 1988) y un único ítem de satisfacción con la calidad de vida. Se obtuvo puntajes que oscilaron entre .46 y .59 (Silva & Caetano, 2013).

En el contexto peruano, se realizó una adaptación por Cassaretto y Martínez (2017) quienes realizaron la validez convergente con la participación de 201 estudiantes universitarios. Se aplicaron las escalas de Optimismo (LOT-R), Afecto positivo (PANAS-P), Satisfacción con la vida (SWLS) y Bienestar (BIEPS-A) fueron positivas y elevadas. Con respecto a la confiabilidad, participaron 653 estudiantes universitarios. La escala de Flourishing obtuvo un alfa de Cronbach de .89, la escala SPANE obtuvo un alfa de Cronbach de .91 para SPANE-P y de .87 para el SPANE-N. Asimismo, la escala de Florecimiento explicaba el 56.82% de la varianza, SPANE-P explicaba el 69.49% de la varianza y SPANE-N un 61.56% de la varianza.

Para la presente investigación, se obtuvo la confiabilidad a través del método de consistencia interna. Se encontró un coeficiente alfa de .92 para la escala de Florecimiento; .89 para la escala SPANE-P; y .86 para la escala SPANE-N.

Análisis de datos

Se utilizó el programa estadístico SPSS 24.0. En primera instancia, se analizó la normalidad de los datos. Se utilizó la prueba Kolmogórov-Smirnov. Los resultados indican una distribución no paramétrica. No obstante, se realizó un análisis posterior considerando la curtosis (<0.3) y asimetría (<0.8), tomando en cuenta los criterios de Kline (2010). En base a esta información, se decidió utilizar estadísticos paramétricos.

Luego, se realizaron contrastes entre las variables de estudio con las variables sociodemográficas utilizando el estadístico T de student. Finalmente, se realizó un análisis de correlación r de Pearson con el fin de responder al objetivo principal del estudio.



Resultados

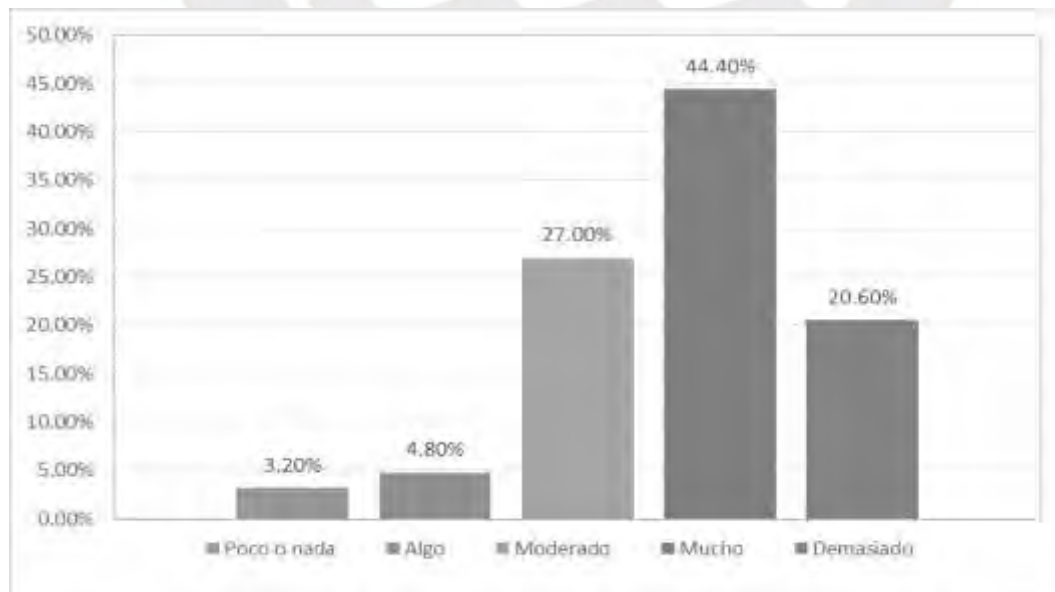
A continuación, se presentan los resultados de la investigación que responden a los objetivos del presente estudio. En primer lugar, se presentan los hallazgos descriptivos relacionados a la emergencia sanitaria de los estudiantes universitarios. Luego, para responder con el objetivo general de la presente investigación, se presentan las correlaciones entre las escalas de bienestar y perfeccionismo.

En primer lugar, respecto a las variables relacionadas con la emergencia sanitaria, se encontró que el 5.60 % de estudiantes encuestados reportaron haber sido diagnosticados con COVID-19. Asimismo, el 66.70 % de los familiares y amigos de los participantes reportaron haber sido diagnosticados con el virus. También, el 38.90 % de los participantes afirmaron que tuvieron amigos y familiares que fallecieron a causa del COVID-19.

Asimismo, se reportó el nivel de preocupación de los estudiantes universitarios en relación a la emergencia sanitaria. La mayoría de los participantes (44.40%) señalaron estar muy preocupados (Gráfico 1).

Gráfico 1.

Nivel de preocupación sobre la pandemia (n=126)



En esa línea, se encontró una correlación significativa, directa y pequeña entre el afecto negativo y el nivel de preocupación percibido por la emergencia sanitaria ($r = .22$, $p < .05$), lo que contribuye al objetivo principal en tanto aporta conocimiento sobre el comportamiento de las variables de estudio en el contexto de pandemia.

En cuanto a las comparaciones realizadas entre las variables sociodemográficas (sexo y edad) y académicas (universidad de pertenencia y retiro de la universidad) y las variables psicológicas de la presente investigación no se encontraron diferencias estadísticamente significativas (Apéndice C).

Finalmente, se presentan las correlaciones entre las dimensiones de perfeccionismo y bienestar. Se observa que la mayoría de correlaciones fueron significativas y tienen una magnitud entre pequeña y mediana.

Tabla 1.

Correlación entre Perfeccionismo y Bienestar

	Perfeccionismo		
	Autorientado	Socialmente prescrito	Orientado a los demás
Bienestar			
Afecto Positivo	-.20*	-.24**	.16
Afecto Negativo	.36*	.34**	-.20*
Florecimiento	-.25**	-.44**	.24**

* $p < .01$ ** $p < .05$.

Discusión

La pandemia afectó el bienestar de niños, jóvenes y adultos a nivel mundial, debido a los efectos negativos que impactaron en su salud. De este modo, se entiende que los jóvenes universitarios también se hayan visto afectados por la emergencia sanitaria (Minsa, 2020; OMS, 2020), ya que investigaciones han reportado que esta población es altamente vulnerable al ser afectada por diferentes problemáticas de salud como estrés, preocupación, ansiedad, entre otras (Ahumada, 2020; OPS, 2020; Sarabia, 2020). Por tanto, se entiende la necesidad de realizar investigaciones que permitan describir el impacto de la afectación del bienestar en este grupo.

Es así como, se puede mencionar en primer lugar que, la exploración del contexto de los participantes encuestados reportó la presencia de familiares y amigos que tuvieron un diagnóstico positivo, así como también resultaron fallecidos a causa del COVID-19. Estos resultados son congruentes con las cifras de altos números de fallecidos a nivel mundial, el cual alcanza los 6.263.8071.3 millones de personas muertas (JHU, 2022), y en el Perú, más de 203 376 muertos, a causa del COVID-19 hasta enero del presente año (Minsa, 2022). En ese sentido, se entiende que la afectación de la salud de personas significativas aumente el estrés en los estudiantes, demostrando así el impacto indirecto en la población universitaria.

En la misma línea, los participantes reportaron un aumento en sus niveles de preocupación e intranquilidad debido al COVID-19. Ambas variables son consideradas manifestaciones del estrés por lo que su incremento complejiza la situación de los estudiantes (Ospina, 2016; Wetherell, 2010). Así, diversas investigaciones señalan que el estrés ocasionaría consecuencias negativas en la salud mental como problemas de ansiedad, síntomas depresivos, entre otros, las cuales están vinculadas a la preocupación en las personas (González et al., 2020; Lozano, 2020). En ese sentido, la presente investigación ha permitido evidenciar el incremento de la afectación en la población estudiantil y favorecer la identificación de los factores que se encuentran asociados a esta problemática.

Adicionalmente, otras consecuencias ocasionadas por el COVID-19, y relacionadas a la preocupación de los jóvenes, son el aumento de la tasa de desempleo y la nueva modalidad virtual de aprendizaje (Ahumada, 2020; OPS, 2020; Sarabia, 2020). Respecto al desempleo ocasionado por la pandemia, el cese intempestivo de actividades y la incertidumbre sobre el retorno de las mismas, generó preocupación respecto al futuro

profesional en el que podrán desempeñarse, incrementando nuevamente los niveles de estrés (Alcover, 2020; Minsa, 2021). Por su parte, el cambio de modalidad debido al contexto por el COVID-19 ha generado la necesidad inmediata de modificar el aprendizaje universitario trayendo consigo nuevos retos e incrementando las exigencias de la vida universitaria (Minsa, 2021). En ese sentido, los estudiantes tuvieron que adecuarse a las clases y evaluaciones virtuales, a la falta de interacción con los docentes e incluso a problemas de conectividad. Todo ello repercutió en el incremento de problemas que afectaron el bienestar de los estudiantes (Cassaretto et al., 2021).

En la misma línea, se encontró una correlación entre el afecto negativo con la preocupación percibida por la emergencia sanitaria. Este resultado se podría deber a las consecuencias negativas que genera la preocupación a través de las emociones y estado de ánimos como la ira, tristeza, ansiedad y preocupación. Asimismo, se podría tener el desarrollo de angustia, nerviosismo, miedo, culpa, entre otros, lo cual refuerza la relación entre la preocupación percibida por la pandemia y el afecto negativo (Dávila et al., 2022; Estrada et al., 2022; Gonzales et al., 2020; Hermitaño & Delgado 2022; Lades et al., 2020). Las posibles dificultades mencionadas se podrían deber a las altas puntuaciones en preocupación, las cuales se relacionan con el afecto negativo que, posiblemente, se han vivenciado dentro de la pandemia. Las emociones y estado de ánimo se relacionan con la preocupación percibida por la emergencia sanitaria debido a que esta última dejó consecuencias negativas como tensión, nerviosismo e irritabilidad (Cassaretto et al., 2021).

Por otro lado, respecto a la comparación realizada entre las variables sociodemográficas con las variables de estudio, no se hallaron diferencias significativas. De manera específica, se puede señalar que respecto a la relación entre el perfeccionismo y la variable sexo, se esperaba hallar diferencias en relación a esta última debido a la dedicación que las mujeres dan a las metas que se establecen en comparación de los hombres (Ynouye, 2021). Sin embargo, el resultado encontrado en la presente investigación podría responder a la disparidad en la cantidad de la muestra entre hombres y mujeres (De Rosa, 2012; Flett et al., 2016). Asimismo, las investigaciones señalan que el perfeccionismo tiene diferentes formas de manifestarse en las etapas evolutivas, debido a que las exigencias internas y externas se intensifican según el avance de la edad y las responsabilidades que se asumen con el transcurso del tiempo, por lo que es más frecuente encontrar que los puntajes se eleven durante la adultez (Bagnoli & Chaves, 2017; Bento et al., 2010; Curillo, 2014).

Con respecto a la relación entre la dimensión de bienestar y la variable sexo, se puede señalar que en la presente investigación no se encontraron diferencias significativas entre estas. Este resultado puede deberse al tamaño de la muestra utilizada en este estudio, tal como sucedió en estudios previos (Ynouye, 2021). En contraste, investigaciones que emplearon una muestra más amplia, se encontraron diferencias significativas, tal y como lo señala un estudio con población universitaria durante el tiempo de pandemia, el cual contó con la participación de 7712 estudiantes, lo cual permitió establecer diferencias significativas entre hombres y mujeres (Cassaretto et al., 2021). Así, cuando existe una diferencia significativa, se ha observado que son las mujeres quienes presentan menores niveles de bienestar, debido a que ellas son más conscientes de la vivencia de emociones negativas que los hombres (Barrientos, 2005; Diener, 1994, Moyano & Ramos, 2007).

Por otra parte, se encontraron correlaciones significativas entre las dimensiones de bienestar y perfeccionismo lo cual responde al objetivo principal de la presente investigación. De esta manera, se puede señalar que se encontró una relación inversa entre el P-AO y las escalas de afecto positivo y florecimiento; mientras que con la escala de afecto negativo se encontró una relación directa. Se puede mencionar que, la relación inversa puede ser explicada debido a la sumatoria de factores que confluyen en la vida de los participantes que afectan sus relaciones interpersonales. Así, se puede encontrar convergencia de autoexigencia, efectos negativos generados por la pandemia y la sobrecarga académica. Como consecuencia, debido a la afectación emocional por lo ya expuesto, se presentó en los participantes distanciamiento con otras personas; sin embargo, se esperaba que la relación entre las variables resultase directa, ya que se considera que la auto imposición de metas debe estar vinculada al autoconocimiento de las habilidades del individuo para cumplir con los objetivos que se propone. Dentro de ello, las personas con características perfeccionistas podrían encontrarse en la capacidad de regular emociones como ira y tristeza cuando las tareas que se han impuesto resulten complicadas. Al respecto, la literatura trata de explicar la relación de estas dimensiones a partir de la asociación del P-AO con la satisfacción de la vida, habilidad física, autoconcepto y el afecto. Así, se considera que, al ser la autoexigencia un proceso interno y autoimpuesto, sería la más saludable de las dimensiones del perfeccionismo en tanto responde a deseos personales y no a exigencias realizadas por terceros (Aguilar & Castellanos, 2016; Gaudreau & Thompson, 2010; Méndez et al., 2014, 2015a, 2015b; Tataje, 2013; Stoeber & Corr, 2016).

Adicionalmente, el resultado previamente descrito respecto a la relación inversa entre el P-AO y las escalas de afecto positivo y florecimiento, puede entenderse recordando que el florecimiento hace referencia al desarrollo psicosocial del individuo, específicamente, a sus relaciones interpersonales. Por otro lado, el P-AO, también experimentó dificultades en tanto los individuos se encontraban sobrecargados con sentimientos de miedo, tristeza, incertidumbre, entre otros previamente descritos, lo que obstaculiza el cumplimiento de sus metas. En ese sentido, respecto a la relación entre las mencionadas variables, se entiende que esta sea negativa ($r=-.25$) debido a la ausencia de soporte social, propio del distanciamiento, que contribuya a que los estudiantes puedan manejar la sobrecarga académica y emocional (Aguilar & Castellanos, 2016; Gaudreau & Thompson, 2010; Stoeber & Corr, 2016).

Se encontró que la dimensión del P-SP, es decir demandas externas que pueden ser incontrolables, presentó una relación negativa con afecto positivo y florecimiento mientras que con afecto negativo se halló una relación positiva. A partir de las investigaciones, se podría hipotetizar que las demandas externas que, posiblemente, serían dirigidas a un individuo con características de perfeccionismo les generaría preocupaciones, tensiones, sensación de estrés, mal humor, entre otros (Aguilar & Castellanos, 2016; Méndez et al., 2015a, 2015b; Stoeber & Corr, 2016). Además, se podrían entender que las demandas perfeccionistas externas no se manejarían internamente sino, por el entorno que se encuentre la persona. De este modo, se pondría en riesgo a padecer síntomas emocionales relacionados a vivencias de afectos negativos, visión más pesimista de la vida, sentido de competencia y a un autoconcepto más débil (Aguilar & Castellanos, 2016; Méndez et al., 2015a, 2015b; Stoeber & Corr, 2016). Lo previamente descrito puede generar en los estudiantes dificultades para cumplir con sus asignaciones, inasistencias a clases y en casos extremos, deserción estudiantil (Minsa, 2021).

Respecto a la correlación entre P-SP y el florecimiento (-.44), el resultado negativo se podría explicar en tanto las demandas externas suelen ser inalcanzables y ocasionar sentimientos negativos entre los estudiantes al no poder cumplir con los altos estándares. Debido a ello, se entiende que las relaciones se vean afectadas debido a que, en sí mismas, son la fuente del malestar experimentado por el individuo (Flett et al., 1989; Flett & Hewitt, 2002; Hewitt & Flett, 1991; Lozano-Fernández et al., 2012; Oros, 2003).

Respecto a la dimensión del P-OD, se halló una relación directa con afecto positivo y florecimiento. A partir de lo hallado, se puede hipotetizar que, el dirigir las

exigencias a otro individuo sería utilizado como mecanismo para aligerar la sobrecarga propia aliviando así las emociones negativas. De esa manera, a través de las demandas a terceros, se puede considerar que las relaciones interpersonales ofrecen soporte al individuo. En ese sentido, resulta congruente que también se hallara una relación inversa con afecto negativo debido a que la disminución de afectos desfavorables se encuentra conectada al incremento del mencionado florecimiento. En consecuencia, la persona consigue disminuir sus preocupaciones, tensiones, sensación de estrés, mal humor, entre otros. Lo que también significa reducir el riesgo de afectar su bienestar al padecer síntomas emocionales negativos, presentar una visión más pesimista de la vida y un autoconcepto débil (Aguilar & Castellanos, 2016; Méndez et al., 2014, 2015a, 2015b).

Finalmente, respecto a las limitaciones de la presente investigación, la distribución de los participantes según sexo fue desigual, lo cual no permitió una comparación adecuada entre ambos grupos, que permita profundizar el análisis sin causar algún sesgo en la información. Además, se considera una limitación no contar con una adaptación de la prueba de perfeccionismo adaptada al contexto peruano, la cual pudo permitir un mejor recojo de información de los participantes. Por ello, se sugiere la adaptación de dicha prueba al Perú. Asimismo, para próximas investigaciones se recomienda trabajar con una muestra más amplia y representativa. En adición, realizar más investigaciones sobre características personales y variables de la salud mental en el Perú. En síntesis, se puede concluir que, en el contexto de la pandemia, los universitarios de la presente investigación han visto afectado su bienestar de manera directa e indirecta debido a que el Covid-19 agudizó en ellos emociones negativas como ira, tristeza, ansiedad y preocupación.

Adicionalmente, las relaciones sociales de los participantes fueron posiblemente afectadas debido a las autoexigencias y la percepción de la exigencia de los demás a uno mismo por la búsqueda del perfeccionismo. Asimismo, en búsqueda de cumplir con sus metas o propósitos y el perfeccionismo, los participantes no parecen haber logrado cumplir objetivos establecidos. Por último, los estudiantes universitarios con altas puntuaciones en P-AO y P-SP presentan menores puntuaciones en el bienestar. Se debe tomar en cuenta las altas exigencias internas y externas del individuo, así como las emociones negativas.

A manera de reflexión respecto de los resultados obtenidos, es importante recordar que la aplicación de la presente investigación se realizó durante una de las etapas más críticas de la pandemia; es decir, en el año 2020 de acuerdo a lo reportado por el Minsa y la OPS (2020). De esa manera, la interrelación de diferentes problemáticas como salud,

economía, incertidumbre, pérdida de familiares o amigos, etc., pudo generar que el bienestar de los individuos se encuentre afectado (Dávila et al., 2022; Hermitaño & Delgado, 2022; Moreno et al., 2022). Si a ello se le agrega la variable académica y el perfeccionismo, en cualquiera de sus dimensiones, se entiende que ambos componentes hayan aumentado la sobrecarga ya existente entre los estudiantes. Debido a ello, se sugiere que se realicen estudios que permitan observar de manera directa la relación que tiene el perfeccionismo en el bienestar de los jóvenes después de la pandemia.



Referencias

- Ahumada, P. S. M. (2020). Efectos del aislamiento social y la cuarentena sobre el bienestar subjetivo de los chilenos durante el brote de COVID-19. *SciELO Preprints*. <https://doi.org/10.1590/scielopreprints.368>
- Alcover, C. M. (2020). Consecuencias de la pandemia de la covid-19 para las relaciones entre los individuos y las organizaciones. *Psicología desde el Caribe*, 37(2), 1. Epub August 18, 2021. <https://doi.org/10.14482/psdc.37.2.614.59>
- Alden, L., Bieling, P., & Wallace, S. (1994). Perfectionism in an interpersonal context: A self-regulation analysis of dysphoria and social anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 18(4), 297–316. <https://doi.org/10.1007/bf02357507>
- Ambrona, T., & López, B. (2014). A longitudinal analysis of the relationship between positive and negative affect and health. *Psychology*, 5(08), 859.
- Anguas, A. (2001). Identificación y validación del significado del bienestar subjetivo en México: fundamentos para el desarrollo de un instrumento de medición. *Interamerican Journal of Psychology*, 35(1), 163-183.
- Arana, F. G., Galarregui, M. S., Miracco, M. C., Partarrieu, A. I., De Rosa, L., Lago, A. E., Traiber, L. I., Nushold, P. T., Rutzstein, G. & Keegan, E. G. (2014). Perfeccionismo y desempeño académico en estudiantes universitarios de la ciudad autónoma de Buenos Aires. *Acta Colombiana de Psicología*, 17(1), 71-77. <https://doi.org/10.14718/acp.2014.17.1.8>
- Arana, F. G., Keegan, E. & Rutzstein, G. (2009). Adaptación de una medida multidimensional de perfeccionismo: la Almost Perfect Scale-Revised (APS-R). Un estudio preliminar sobre sus propiedades psicométricas en una muestra de estudiantes universitarios argentinos. *Revista Evaluar*, 9(1). <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v9.n1.463>
- Arana, F. G., Scappatura, M. L., Miracco, M., Elizathe, L., Rutzstein, G., & Keegan, E. (2010). Perfeccionismo positivo/negativo y calidad de vida percibida en estudiantes de psicología, medicina e ingeniería de la ciudad de Buenos Aires. *Anuario de investigaciones*, 17, 17-24.
- Arias, J. F, Franco, J., & Mañas I. M. (2010). Efectos de un programa de entrenamiento en conciencia plena (mindfulness) en el estado emocional de estudiantes universitarios. *Estudios Sobre Educacion*, 19, 31-52.

- Ariza-Hernández, M. L. (2017). Influencia de la inteligencia emocional y los afectos en la relación maestro-alumno, en el rendimiento académico de estudiantes de educación superior. <https://www.redalyc.org/journal/834/83453740002/html/>
- Arnett, J. J. (2006). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties* (1.ª ed.). Oxford University Press.
- Bagnoli, L., Chaves, M. & Coppari de Vera, N. (2017). Dimensiones del perfeccionismo y sintomatología depresiva en universitarios de psicología. *Eureka (Asunción, En línea)*.
- Barrientos, J. (2005). *Calidad de vida, bienestar subjetivo: una mirada psicosocial*. Universidad Diego Portales, Santiago, Chile.
- Blankstein, K. R., Dunkley, D. M. & Wilson, J. (2008). Concerns and Personal Standards Perfectionism: Self-esteem as a Mediator and Moderator of Relations with Personal and Academic Needs and Estimated GPA. *Current Psychology*, 27, 29-61.
- Bento, C., Pereira, A., Maia, B., Marqués, M., Soares, M., Bos, S., et al. (2010). Perfectionism and eating behaviour in portuguese adolescents. *European Eating Disorder Review* 18, 328-337.
- Berger, K. S. (2010). *Psicología del desarrollo: Adulthood y Vejez* (7.ª ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Burns, D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 14(6), 34-52.
- Burris, J., Brechting, E., Salsman, J., & Carlson, C. (2009). Factors associated with the psychological well-being and distress of university students. *Journal of American college health*, 57(5), 536-544.
- Canby, N., Cameron, I., Calhoun, A., & Buchanan, G. (2015). A brief mindfulness intervention for healthy college students and its effects on psychological distress, self-control, meta-mood, and subjective vitality. *Mindfulness*, 6(5), 1071-1081.
- Cantril, H. (1966). *The pattern of human concerns*. Amsterdam University Press.
- Caputto, I., Cordero, S., Keegan, E. & Arana, F.. (2015). Perfeccionismo y esquemas desadaptativos tempranos: un estudio con estudiantes universitarios. *Ciencias Psicológicas*, 9(2), 245-257. <https://doi.org/10.22235/cp.v9i2.612>
- Cardenal, V. & Fierro, A. (2001). Sexo y edad en estilos de personalidad, bienestar social

- y adaptación social. *Psicothema*, 13(1), 118-126.
- Carranza, R. (2012). Depresión y características sociodemográficas asociados en estudiantes y líderes universitarios de Lima Metropolitana. *Apuntes Universitarios*, 2(2), 79-90.
- Carrasco, N., Belloch, A. & Perpiñá, C. (2009). La evaluación del perfeccionismo: utilidad de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo en población española. *Análisis y Modificación de Conducta*, 35(152). <https://doi.org/10.33776/amc.v35i152.1225>
- Casanova, C. & González, M. (2016). Estudios de bienestar en la comunidad universitaria de la residencia estudiantil en la Universidad de Cienfuegos. *Revista Universidad y Sociedad*, 8(2), 137-141.
- Cassaretto, M., & Martínez, P. (2017). Validación de las escalas de bienestar, de florecimiento y afectividad. *Pensamiento Psicológico*, 15(1), 19-31.
- Cassaretto, M., Chau, C., Espinoza, Ma., Otiniano, F., Rodríguez, L. & Rubina M. (2021) Salud mental en universitarios del Consorcio de Universidades durante la pandemia. *Consorcio de Universidades*.
- Cuba, H. (2022). *La Pandemia en el Perú: Acciones, impactos y consecuencias del covid-19*.
- Currillo, C. (2014). *Relación entre niveles de ansiedad y rasgos de perfeccionismo en estudiantes de los últimos años de Psicología Clínica en la Universidad San Francisco de Quito vs estudiantes de los primeros años de Psicología Clínica* [Tesis de grado]. Universidad San Francisco de Quito.
- Curran, T. & Hill, A. P. (2017). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). The domain of creativity. In M. A. Runco & R. S. Albert (Eds.), *Theories of creativity* (pp. 190–212). Sage Publications, Inc. The domain of creativity.
- Datu, J. D. (2018). Flourishing is Associated with Higher Academic Achievement and Engagement in Filipino Undergraduate and High School Students. *Journal Of Happiness Studies*, 19(1), 27-39. doi:10.1007/s10902-016-9805-2
- De Rosa, L. (2012). *Factores mantenedores del perfeccionismo desadaptativo o clínico*. IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología-

- XIX Jornadas de Investigación-VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR [Simposio], Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-072/210.pdf>
- Dávila, R., Zuta, N., Espinoza, F. & Chávez, M. (2022). Educación remota y estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de pandemia del covid-19. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(4), 775-783.
- Deci, E. & Ryan, R. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Decreto Supremo 44 de 2020 [Presidencia del Consejo de Ministros] Por la cual se declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19. 15 de marzo de 2020.
- De Rosa, L., Valle, A., Rutzstein, G., & Keegan, E. (2012). Perfeccionismo y autocritica: consideraciones clínicas. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 21(3), 209-215. <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281929021003.pdf>
- Diener, E. (1994). “El bienestar subjetivo”. Intervención psicosocial. *Revista sobre igualdad y calidad de vida*, 3 (8), 67-113.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., & Suh, M. E. (1998). Subjective well-being and age: An international analysis. In K. W. Schaie & M. P. Lawton (Eds.), *Annual review of gerontology and geriatrics, Vol. 17. Focus on emotion and adult development* (pp. 304–324). Springer Publishing Company.
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. E. (2009). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. En C. Snyder y S. Lopez (Eds.), *Oxford Handbook of Positive Psychology* (pp. 187-194). New York: Oxford University Press.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S. & Biswas-Diener, R. (2010). New Well-Being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Dunkley, D., Zuroff, D., & Blankstein, K. (2003). Self-critical perfectionism and daily

- affect: Dispositional and situational influences on stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 234–252. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.1.234>.
- Ellis, A. (2002). The role of irrational beliefs in perfectionism. In G. L. Flett, & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 217–229). Washington, DC: American Psychological Association.
- Estrada, E., Gallegos, N. & Puma, M. (2022). Percepción de los estudiantes universitarios sobre la educación virtual durante la pandemia de COVID-19. *Revista San Gregorio*, 1(49), 74-89. <https://doi.org/10.36097/rsan.v0i49.1967>
- Flett, G., Hewitt, P., Besser, A., Su, C., Vaillancourt, T., Boucher, D., Munro, Y., Davidson, L., & Gale, O. (2016). The Child-Adolescent Perfectionism Scale: Development, psychometric properties, and associations with stress, distress, and psychiatric symptoms. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 34(7), 634–652. <https://doi.org/10.1177/0734282916651381>
- Flett, G. & Hewitt, P. (2002). *Perfectionism. Theory, Research and Treatment*. American Psychological Association: Washington, DC
- Flett, G. & Hewitt, P. (2006). Positive versus negative perfectionism in psychopathology: A comment on Slade and Owens's dual process model. *Behavior modification*, 30(4), 472-495.
- Flett, G., Hewitt, P., & Dyck, D. (1989). Self-oriented perfectionism, neuroticism, and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 10, 731-735.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Oliver, J. M., & Macdonald, S. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis.
- Flett, G., Hewitt, P., Besser, A., Su, C., Vaillancourt, T., Boucher, D., Munro, Y., Davidson, L., & Gale, O. (2016). The Child–Adolescent Perfectionism Scale [La escala de perfeccionismo infantil-adolescente]. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 34(7), 634–652. <https://doi.org/10.1177/0734282916651381>
- Fordyce, M. W. (1988). A Review of Research on the Happiness Measures: A Sixty Second Index of Happiness and Mental Health. *Social Indicators Research*, 20(4), 355-381.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF] (2020). Promising Practices for

- Freud, S. (1926/1959). Inhibitions, symptoms, and anxiety. In J. Strachey (Ed. and Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*, 20, (Vol. 20, pp. 77–175). London: Hogarth.
- Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*, 56(3), 218.
- Frost, R., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14(5), 449-468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. L. y Neubauer, A. L. (1993). A Comparison of Two Measures of Perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14, 119-126. [https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90181-2](https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869(93)90181-2)
- Gaudreau, P., & Thompson, A. (2010). Testing a 2×2 model of dispositional perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 532-537.
- González, M., Malo, S., Casas, F., Crous, G., Baena, M., & Navarro, D. (2015). The assessment of subjective well-being in young children: Strengths and challenges. *Journal of Social Research & Policy*, 6(2).
- Gonzalez, C., Tejada, A., Espinosa, C., & Ontiveros, Z. (2020). Psychological impact on Mexican university students due to confinement during the COVID-19 pandemic. *Scielo Preprints*.
- González, A., Gómez, M. P., & Conejeros, M. L. (2017). Caracterización del Perfeccionismo en Estudiantes con Alta Capacidad: Un Estudio de casos exploratorio. *Revista De Psicología*, 35(2), 581-616. <https://doi.org/10.18800/psico.201702.008>
- González, T., Landero, R., & Tapia, A. (2007). Percepción de salud, cansancio emocional y síntomas psicósomáticos en estudiantes universitarios. *Ansiedad y estrés*, 13(1).
- González, R., González, M., & San José, C. (2017). Afectividad positiva y negativa en el futuro docente: relaciones con su rendimiento académico, salud mental y

- satisfacción con la vida. *Contextos educativos: Revista de educación*, (20), 11-26.
- Haring, M., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2003). *Perfectionism, Coping, and Quality of Intimate Relationships*. *Journal of Marriage and Family*, 65(1), 143–158. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00143.x>
- Hamachek, D. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.
- Hawkins, C., Watt, H., & Sinclair, K. (2006). Psychometric properties of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale with Australian adolescent girls: Clarification of multidimensionality and perfectionist typology. *Educational and Psychological Measurement*, 66(6), 1001-1022. <https://doi.org/10.1177/0013164405285909>
- Helguera, G. P. & Oros, L. B. (2018). Perfeccionismo y autoestima en estudiantes universitarios argentinos. *Pensando Psicología*, 14(23). <https://doi.org/10.16925/pe.v14i23.2266>
- Hermitaño, B. & Delgado, R. (2022). Factores que afectan la participación activa de estudiantes universitarios en clases remotas en el contexto de la pandemia COVID-19: El caso de la UNE. *Apuntes Universitarios*, 12(3), 465–479. <https://doi.org/10.17162/au.v12i3.1142>
- Hewitt, P., & Flett, G. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of personality and social psychology*, 60(3), 456.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (2004). *The Multidimensional Perfectionism Scale: Technical manual*. Toronto: Multi-Health Systems
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Ediger, E. (1995). Perfectionism traits and perfectionist self presentation in eating disorder attitudes, characteristics, and symptoms. *International Journal of Eating Disorders*, 18, 317-326.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L. & Ediger, E. (1996). Perfectionism and depression: Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(2), 276-280. <https://doi.org/10.1037/0021-843x.105.2.276>
- Hewitt, P. L., Norton, G. R., Flett, G. L., Callander, L., & Cowan, T. (1998). Dimensions of perfectionism, hopelessness, and attempted suicide in a sample of

- alcoholics. *Suicide and Life Threatening Behavior*, 28, 395- 406.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (2004). *The Multidimensional Perfectionism Scale: Technical manual*. Toronto: Multi-Health Systems
- Hollender, M. (1965). *Perfectionism*. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94–103. [https://doi.org/10.1016/s0010-440x\(65\)80016-5](https://doi.org/10.1016/s0010-440x(65)80016-5)
- Ionescu, A. (2017). *Análisis psicométrico del cuestionario de gratitud-20 ítems (g-20) en una muestra de adolescentes* (Doctoral dissertation, Universidad de La Laguna).
- Jave, C. (2019). Experiencia espiritual diaria y bienestar en universitarios.
- Johns Hopkins University (2022). COVID-19 Dashboard. *Center for Systems Science and Engineering (CSSE)*.
- Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (1999). *Well-being: Foundations of hedonic psychology*. Russell Sage Foundation.
- Kempke, S., Van Houdenhove, B., Luyten, P., Goossens, L., Bekaert, P., & Van Wambeke, P. (2011). Unraveling the role of perfectionism in chronic fatigue syndrome: is there a distinction between adaptive and maladaptive perfectionism? *Psychiatry research*, 186(2), 373-377. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2010.09.016>
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology*, 82(6), 1007.
- Kline, R (2010). *Principles and Practice of Structural Equation Modelling*, Third Edition. New York: Guilford Press. *Latinoamericana de Psicología*, 44(2), 143-154.
- Lara, N., Saldaña, Y., Fernández, N., & Delgadillo, H. (2015). Health, quality of life and university environment in mexican college students of a public university. *Hacia la Promoción de la Salud*, 20(2), 102-117.
- Lades, L., Laffan, K., Daly, M. & Delaney, L. (2020). Daily emotional well-being during the COVID-19 pandemic. *British Journal of Health Psychology*. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12450>
- Lozano, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(1), 51-56. <https://doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687>

- Lozano, L., García, E., Martín, M., & Lozano, L. (2012). Desarrollo y validación del Inventario de Perfeccionismo Infantil (I.P.I.). *Psicothema*, 24(1), 149-155.
- Lyubomirsky, S. & Lepper, H. S. (1999). A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137-155.
- Marchiori P. & Tobar S. (2020) La COVID-19 y las oportunidades de cooperación internacional en salud. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4):1-2. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00066920>
- Meadows, S., Brown, J., & Elder, G. (2006). Depressive symptoms, stress, and support: Gendered trajectories from adolescence to young adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(1), 89–99.
- Méndez, A., Cecchini, J., & Fernández, J. (2014). El modelo de perfeccionismo disposicional 2x2 en la adolescencia: una comprobación en el contexto de la Educación Física. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1333-1344. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.mpda>
- Méndez, A., Cecchini, J., & Fernández, J. (2015a). Perfeccionismo, afectividad y satisfacción con la vida en Educación Física. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 11(41), 297-304. <https://doi.org/10.5232/ricyde2015.04107>
- Méndez, A., Cecchini, J., & Fernández, J. (2015b). Perfeccionismo, metas de logro 2x2 y regulaciones motivacionales en el contexto de la Educación Física. *Aula Abierta*, 43(1), 18-25. <https://doi.org/10.1016/j.aula.2014.09.001>
- Ministerio de Educación (2016). Currículo nacional de la educación básica. *Lima, Perú*.

- Ministerio de Salud (2020). Situación Actual “COVID-19” al 16 de junio 2020. *Lima, Perú.*
- Ministerio de Salud (2021). El impacto del COVID-19 en la salud mental y deserción universitaria: respuestas para la continuidad. Dirección General de Educación Superior Universitaria. *Lima, Perú.*
- Ministerio de Salud (2022). Situación Actual “COVID-19” al 14 de enero 2022. *Lima, Perú.*
- Moreno, E., Naranjo, T., Poveda, S., & Izurieta, D. (2022). Estrés académico en universitarios durante la pandemia de COVID-19. *Revista Médica Electrónica, 44(3)*, 1-15.
<http://www.revmedicaelectronica.sld.cu/index.php/rme/article/view/4630>
- Morris, L., & Lomax, C. (2014). Assessment, development, and treatment of childhood perfectionism: A systematic review. *Child and Adolescent Mental Health, 19(4)*, 225-234. <https://doi.org/10.1111/camh.12067>
- Moyano, E., & Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Universum (Talca), 22(2)*, 177-193.
- Onwuegbuzie, A. J. (2000). Academic procrastinators and perfectionistic tendencies among graduate students. *Journal of Social Behavior & Personality, 15(5)*, 103-109.
- Organización Mundial de la Salud (2020). Immunization in the context of COVID-19 pandemic: frequently asked questions (FAQ), 16 de abril de 2020.
- Organización Panamericana de la Salud (2020). Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19. 12 de marzo de 2020. <https://www.paho.org/sites/default/files/2020-03/smmaps-coronavirus-es-final-17-mar-20.pdf>
- Oros, L. (2003). Medición del perfeccionismo infantil: desarrollo y validación de una escala para niños de 8 a 13 años de edad. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica, 16(2)*, 99-112.
- Oros, L. & Vargas-Rubilar, J. (2016). Children's perfectionism: a normalization of an argentinian scale for its measure. *Accion psicologica, 13(2)*, 117-126.
- Ospina, A. (s. f.). *Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de una institución de educación superior militar: análisis comparativo* [Tesis de Maestría]. Universidad Católica de Colombia.
- Ouweneel, E., Le Blanc, P. M., & Schaufeli, W. B. (2011). Flourishing students: A longitudinal study on positive emotions, personal resources, and study engagement. *Journal of Positive Psychology, 6(2)*, 142–153. <https://doi.org/10.1080/17439760.2011.558847>.
- Padilla, L., Rojo, A., Hernández, J., & Contreras, B. (2010). Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. *Revista de educación y desarrollo, 7(14)*, 31-37.

- Patch, A. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39(4), 386-390. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.39.4.386>
- Quispe, Y. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos mayores de Lima Metropolitana, Lima - 2018. *Universidad César Vallejo*.
- Rice, K. & Slaney, R. (2002). Clusters of perfectionists: Two studies of emotional adjustment and academic achievement. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 35(1), 35.
- Rice, K., Bair, C., Castro, J., Cohen, B., & Hood, C. (2003). Meanings of perfectionism: A quantitative and qualitative analysis. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 17, 39–58. <https://doi.org/10.1891/jcop.17.1.39.58266>.
- Rodríguez Campayo, M., Rojo Moreno, L., Ortega Toro, E., & R Sepúlveda García, A. (2009). Adaptación de la escala multidimensional de perfeccionismo a estudiantes universitarios españoles. *Ansiedad y Estrés*, 15(1).
- Rodríguez, J., Linares, V., González, A., & Guadalupe, L. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma psicológica*, 16(2), 85-112.
- Ryan, R., & Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.
- Ryff, C. & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological inquiry*, 9(1), 1-28.
- Ryff, C. & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9(1), 13-39.
- Sarabia, Silvana. (2020). La salud mental en los tiempos del coronavirus. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(1), 3-4. <https://doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3680>
- Scappatura, M. L., Bidacovich, G., Banasco-Falivelli, M. B., & Rutzstein, G. (2017). Dimensiones del perfeccionismo (adaptativo y desadaptativo) en adolescentes con trastorno de la conducta alimentaria. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 8(2), 131-141.
- Scheier, M. F., Carver, C. S. & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing Optimism from Neuroticism (and Trait Anxiety, Self-Mastery, and Self-Esteem): A Re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>.

- Sempere, J., Acosta, A., Abdallah, S., & Ortí, M. (2010). Enfoques sobre bienestar y buen vivir. *España: Centro de Investigación para la Paz (CIP-Ecosocial)*.
- Shafran R., Cooper, Z. & Fairburn, C. (2002). Clinical perfectionism: a cognitive-behavioural analysis. *Behav Res Ther.* 2002;40: 773–791.
- Silva, A. & Caetano, A. (2013). Validation of the Flourishing Scale and Scale of Positive and Negative Experience in Portugal. *Social Indicators Research*, 110(2), 469-478. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9938-y>
- Slaney, R., Rice, K., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. (2001). The revised almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and social psychology review*, 10(4), 295-319. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2
- Stoeber, J., & Corr, P.J. (2016). A short empirical note on perfectionism and flourishing. *Personality and Individual Differences*, 90, 50-53.
- Taber, T. B., & Perez E. K. (2015). Emerging adulthood brain development. *In The Oxford handbook of emerging adulthood* (pp. 126-141). New York, NY: Oxford University Press.
- Tanner, J. L. & Arnett J. J. (2009). The emergence of ‘emerging adulthood’: The new life stage between adolescence and young adulthood. *Handbook of Youth and Young Adulthood*, 55-62. <https://doi.org/10.4324/9780203881965-11>
- Tataje, A. (2013). Sintomatología depresiva y dimensiones de perfeccionismo en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.
- Torres, A. (2021). *Dimensiones del perfeccionismo y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana*. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Trujillo, G. (2010). Trabajamos la autoestima y autoconcepto. *Revista Digital Transversalidad Educativa*, 40, 29-39.
- Uludag, O. (2016). The mediating role of positive affectivity on testing the relationship of engagement to academic achievement: an empirical investigation of tourism students. *Journal Of Teaching In Travel & Tourism*, 16(3), 163-177. <https://doi.org/10.1080/15313220.2015.1123130>.
- VanKim, N., & Nelson, T. (2013). Vigorous physical activity, mental health, perceived stress, and socializing among college students. *American Journal of Health Promotion*, 28(1), 7-15.
- Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J. J., & Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 5(1), 15-28.
- Watson, D., Clark, L. A. & Tellenger, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514/54/6/1063>

- Wetherell, J. (2010). Medical conditions and depressive, anxiety, and somatic symptoms in older adults with and without generalized anxiety disorder. *Aging & Mental Health*, 14 (6), 764-768.
- Ynouye, A. (2021). Dimensiones del Perfeccionismo y Regulación Emocional en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Pontificia Universidad Católica del Perú*.
- Zapata, P., Patiño, D., Vélez, C., Campos, S., Madrid, P., Pemberthy, S. Pérez, A., Ramírez, P. & Vélez, V. (2021). Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una síntesis crítica de la literatura. *Rev Colomb Psiquiatr.* 2021;50(3):199-213. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.04.007>. National



APÉNDICE A

Consentimiento Informado

Usted está invitado/a a participar en una investigación sobre la salud en estudiantes universitarios. Este estudio es realizado por el alumno Jean Carlos Canevaro Montesinos, estudiante del último año de la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP). Este estudio se realiza como parte del curso Seminario de Tesis 2 de su formación académica y se encuentra bajo la supervisión de la Mg. Patty Vilela Alemán (C.Ps.P. 22650).

El objetivo de la presente investigación es conocer la relación entre el bienestar y el perfeccionismo de los estudiantes universitarios en el contexto de la emergencia sanitaria. Si usted accede a participar, se le solicitará responder de manera anónima unos cuestionarios que le tomarán entre 10 a 15 minutos de su tiempo aproximadamente.

Los derechos con los que cuenta como participante incluyen:

- Anonimato: Todos los datos que usted ofrezca son absolutamente anónimos, por lo tanto, no habrá manera de identificarlo individualmente.
- Integridad: Ninguna de las pruebas que se le apliquen le resultará perjudicial.
- Participación voluntaria: Tiene el derecho a abstenerse de participar o incluso de retirarse de esta evaluación cuando lo considere conveniente sin que esto lo perjudique de manera alguna.

Para cualquier consulta y/o información adicional, puede contactarse con el alumno Jean Canevaro o con la Mg. Patty Vilela, a través de los siguientes correos: jcanevarom@pucp.pe o patty.vilelaa@pucp.pe, respectivamente.

APÉNDICE B

Distribución de la muestra de acuerdo con su carrera

Tabla 2

Distribución de la muestra de acuerdo con la carrera que estudian

Facultad	fi	hi
Ciencias sociales (economía, psicología)	32	25.4
Educación	27	21.4
Ciencias de la salud (medicina, tecnología médica, estomatología, enfermería y veterinaria)	37	29.4
Derecho	6	4.8
Ciencias de la comunicación	4	3.2
EEGGL	8	6.3
ingeniería	5	3.9
Gestión y Alta Dirección	4	3.2
Arquitectura	1	0.8
Lingüística	1	0.8
Artes Escénicas	1	0.8
Total	126	100

APÉNDICE C

Contrastes

Tabla 3

Contraste de medias entre Bienestar y Perfeccionismo con la variable académica “retiro de la universidad”

	Sí se retiraron de la universidad		No se retiraron de la universidad		Sig.
	M	DE	M	DE	
Afecto Positivo	17.40	2.97	19.43	3.86	.25
Afecto Negativo	18.80	4.60	17.41	4.63	.51
Florecimiento	40.20	6.72	42.60	8.27	.53
Perfeccionismo orientado a sí mismo (P-AO)	88.20	23.59	90.30	17.14	.79
Perfeccionismo socialmente prescrito (P-SP)	48.00	13.51	44.85	11.59	.56
Perfeccionismo orientado a los demás (P-OD)	35.80	7.82	35.72	7.25	.98

* $p < .05$; N se retiraron de la universidad=5, N no se retiraron de la universidad=121

Tabla 4

Contraste de medias entre Bienestar y Perfeccionismo con la variable académica “diagnóstico de COVID”

	Sí fue diagnosticado de COVID		No fue diagnosticado de COVID		Sig.
	M	DE	M	DE	
Afecto Positivo	20.14	4.14	19.30	3.84	.58
Afecto Negativo	17.57	2.57	17.46	4.72	.95
Florecimiento	44.14	8.63	42.40	8.21	.59
Perfeccionismo orientado a sí mismo (P-AO)	79.71	18.25	90.83	17.15	.10
Perfeccionismo socialmente prescrito (P-SP)	40.14	10.67	45.26	11.66	.26
Perfeccionismo orientado a los demás (P-OD)	41.71	4.19	35.37	7.23	.02

* $p < .05$; N fueron diagnosticado de COVID=7, N no fueron diagnosticado de COVID=119

Tabla 5

Contraste de medias entre Bienestar y Perfeccionismo con la variable académica "Familiares que hayan sido diagnosticado con COVID"

	Sí tuvieron familiares diagnosticado con COVID		No tuvieron familiares diagnosticado con COVID		Sig.
	M	DE	M	DE	
Afecto Positivo	19.45	3.81	19.14	3.94	.67
Afecto Negativo	17.81	4.44	16.79	4.94	.24
FloreCIMIENTO	42.79	8.11	41.93	8.46	.58
Perfeccionismo orientado a sí mismo (P-AO)	92.06	17.90	86.52	15.67	.09
Perfeccionismo socialmente prescrito (P-SP)	45.30	11.57	44.33	11.87	.66
Perfeccionismo orientado a los demás (P-OD)	35.93	6.95	35.31	7.86	.65

* $p < .05$; N tuvieron familiares diagnosticado con COVID=84, N no tuvieron familiares diagnosticado con COVID=42

Tabla 6

Contraste de medias entre Bienestar y Perfeccionismo con la variable académica "Amigos que hallan fallecido a causa del COVID"

	Sí tuvieron amigos fallecidos de COVID		No tuvieron amigos fallecidos de COVID		Sig.
	M	DE	M	DE	
Afecto Positivo	19.45	4.14	19.29	3.66	.82
Afecto Negativo	17.53	4.57	17.43	4.69	.90
FloreCIMIENTO	42.78	8.73	42.32	7.91	.77
Perfeccionismo orientado a sí mismo (P-AO)	92.73	16.73	88.61	17.61	.19
Perfeccionismo socialmente prescrito (P-SP)	45.76	11.49	44.48	11.76	.55
Perfeccionismo orientado a los demás (P-OD)	36.45	7.37	35.26	7.16	.37

* $p < .05$; N tuvieron amigos fallecidos de COVID=49, N no tuvieron amigos fallecidos de COVID=77

Tabla 7

Contraste de medias entre Bienestar y Perfeccionismo con la variable académica “Economía familiar afectada por el COVID”

	Sí afectó la economía familiar el COVID		No afectó la economía familiar el COVID		Sig.
	M	DE	M	DE	
Afecto Positivo	19.57	3.61	18.44	4.65	.19
Afecto Negativo	17.62	4.66	16.84	4.52	.45
Florecimiento	43.32	7.28	39.20	10.76	.02
Perfeccionismo orientado a sí mismo (P-AO)	90.23	17.43	90.16	17.23	.99
Perfeccionismo socialmente prescrito (P-SP)	44.38	11.56	47.40	11.84	.25
Perfeccionismo orientado a los demás (P-OD)	36.46	7.10	32.76	7.18	.02

* $p < .05$; N afectó la economía familiar el COVID=101, N no afectó la economía familiar el COVID=25

Tabla 8

Contraste de medias entre Bienestar y Perfeccionismo con la variable académica “Persona o familiar significativo que se encuentra en primera línea frente a la pandemia”

	Sí tuvieron persona o familiar significativo en primera línea		No tuvieron persona o familiar significativo en primera línea		Sig.
	M	DE	M	DE	
Afecto Positivo	19.41	3.68	19.29	4.02	.87
Afecto Negativo	17.33	4.37	17.60	4.87	.74
Florecimiento	42.23	8.17	42.75	8.29	.72
Perfeccionismo orientado a sí mismo (P-AO)	91.84	17.44	88.69	17.21	.31
Perfeccionismo socialmente prescrito (P-SP)	44.80	11.84	45.14	11.51	.87
Perfeccionismo orientado a los demás (P-OD)	35.92	6.94	35.54	7.55	.77

* $p < .05$; N tuvieron persona o familiar significativo en primera línea=61, N no tuvieron persona o familiar significativo en primera línea=65