

Artículo Original

Relación entre el Perfeccionismo y la Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios en República Dominicana

Relationship between Perfectionism and Academic Procrastination in University

Andrea I. Broberg-Guzmán ^{1*}, Andrea N. Pérez-Flores ², & Laura V. Sánchez-Vincitore ³

1 Universidad Iberoamericana, Santo Domingo, República Dominicana.  <https://orcid.org/0009-0007-4312-4563>

2 Universidad Iberoamericana, Santo Domingo, República Dominicana.  <https://orcid.org/0009-0009-1680-8585>

3 Universidad Iberoamericana, Santo Domingo, República Dominicana.  <https://orcid.org/0000-0002-6343-1217>

* Correspondencia: abroberg@est.unibe.edu.do.

Recibido: 20 agosto 2023 | Aceptado: 2 octubre 2024 | Publicado: 8 marzo 2025

WWW.REVISTACARIBENADEPSICOLOGIA.COM

Citar como:

Broberg-Guzmán, A. I., Pérez-Flores, A. N., & Sánchez-Vincitore, L. V. (2025). Relación entre el perfeccionismo y la procrastinación académica en estudiantes universitarios en República Dominicana. *Revista Caribeña de Psicología*, 9(1), e8081. <https://doi.org/10.37226/rcp.v9i1.8081>

RESUMEN

Dada su asociación a diversos problemas psicológicos, existe un creciente interés en encontrar modelos que expliquen el vínculo perfeccionismo-procrastinación, especialmente en el ámbito educativo. Este estudio correlacional investigó si existe una relación significativa entre el perfeccionismo y la procrastinación académica, y si existen diferencias entre perfeccionistas adaptativos y desadaptativos en cuanto a procrastinación académica. 116 estudiantes universitarios en República Dominicana respondieron a las escalas APS-R y EPA. El análisis de Pearson encontró correlaciones significativas entre el perfeccionismo (altos estándares, orden y percepción de discrepancia) y la procrastinación académica (postergación de actividades y autorregulación académica). La prueba U de Mann-Whitney encontró una diferencia significativa en postergación de actividades y una no significativa en autorregulación académica, entre los perfeccionistas adaptativos y desadaptativos de la muestra. Los resultados sugieren que la percepción de discrepancia parece ser el factor que explica esta diferencia entre los grupos, infiriéndose que estudiantes organizados y con altos estándares parecen autorregularse más –postergando menos sus actividades académicas–, mientras que aquellos con alta discrepancia se sienten incapaces de alcanzar sus estándares o insatisfechos con su desempeño –tendiendo a procrastinar más. Los hallazgos justifican la implementación de estrategias psicoeducativas en programas que busquen promover el éxito académico en estudiantes universitarios.

Palabras Claves: estudiantes universitarios, perfeccionismo adaptativo, perfeccionismo desadaptativo, procrastinación académica

ABSTRACT

Given its association with various psychological problems, there is growing interest in finding models that explain the link between perfectionism and procrastination, especially in the educational field. This correlational study investigated whether there is a significant relationship between perfectionism and academic procrastination, and

whether there are differences between adaptive and maladaptive perfectionists in terms of academic procrastination. 116 university students in the Dominican Republic responded to the APS-R and EPA scales. Pearson's analysis found significant correlations between perfectionism (high standards, order, and perception of discrepancy) and academic procrastination (activity postponement and academic self-regulation). The Mann-Whitney U test found a significant difference in activity postponement and a non-significant difference in academic self-regulation, between the adaptive and maladaptive perfectionists. The results suggest that the perception of discrepancy seems to be the factor that explains this difference between the groups. It is inferred that organized students with high standards seem to self-regulate more and tend to procrastinate less, while students with a high perception of discrepancy feel incapable of achieving their standards or dissatisfied with their performance and tend to procrastinate more. The findings justify the implementation of psychoeducational strategies in programs that seek to promote academic success in university students.

Keywords: academic procrastination, adaptive perfectionism, maladaptive perfectionism, university students

INTRODUCCIÓN

El perfeccionismo se refiere a la tendencia al establecimiento de estándares personales excesivamente altos, a la preocupación sobre la calidad del desempeño propio y a la autocrítica al momento de evaluar dicho desempeño (Frost et al., 1990). En una revisión sobre el concepto del perfeccionismo a través de la historia se reporta que, en los orígenes de su estudio, la mayoría de los investigadores lo consideraban como un constructo unidimensional y negativo (Fang & Liu, 2022). Estos autores apuntan a que se trata de un constructo con una conceptualización compleja debido a la falta de un consenso entre los investigadores sobre su definición y naturaleza. No obstante, en la actualidad, el perfeccionismo se entiende de manera general como un constructo multidimensional con aspectos adaptativos y desadaptativos (Slaney et al., 2002).

Dimensiones del Perfeccionismo

La literatura científica relacionada al perfeccionismo se ha enfocado mayormente en sus aspectos negativos (Fang & Liu, 2022), asociándolo con baja autoestima (Helguera & Oros, 2018), depresión, ansiedad (Wheeler et al., 2011) y trastornos de la personalidad (Dimaggio et al., 2015). Sin embargo, otros estudios han demostrado que el perfeccionismo también tiene características positivas, asociándolo con mayores niveles de autoestima (Helguera & Oros, 2018), autoeficacia, logro académico (Kurtovic et al., 2019) y compromiso laboral y académico (Closson & Boutilier, 2017). Por lo tanto, existe evidencia que apoya que el perfeccionismo es bidimensional, y sus dimensiones han recibido múltiples nomenclaturas

que hacen referencia a una dimensión adaptativa y una desadaptativa. Por ejemplo: Hamachek (1978) las diferenció como perfeccionismo normal y perfeccionismo neurótico; Frost et al. (1993) se refieren a estas como esfuerzo positivo y preocupaciones de evaluación desadaptativas; Adkins y Parker (1996) las llaman perfeccionismo activo y perfeccionismo pasivo; Hill et al. (2004) las denominan perfeccionismo concienzudo y perfeccionismo autoevaluativo; y Stoeber y Otto (2006) las nombran esfuerzos y preocupaciones perfeccionistas. Para fines de este estudio, las dos dimensiones del perfeccionismo serán referidas como perfeccionismo adaptativo y perfeccionismo desadaptativo.

Por otra parte, otros autores plantean que el perfeccionismo es multidimensional, y desarrollaron distintos modelos del perfeccionismo que incluyen varias dimensiones con características tanto adaptativas como desadaptativas (Frost et al., 1990; Hewitt & Flett, 1991; Slaney et al., 2001). Frost et al. (1990) categorizaron el perfeccionismo en seis dimensiones: normas personales, organización, preocupación por los errores, dudas sobre las acciones, expectativas de los padres y crítica de los padres- siendo las primeras dos dimensiones adaptativas y las últimas cuatro desadaptativas.

Por su parte, Hewitt y Flett (1991) sugirieron que el perfeccionismo también tiene dimensiones sociales, por lo que propusieron un modelo tridimensional que lo clasifica en auto-orientado, orientado hacia los demás y socialmente prescrito. Las personas con perfeccionismo auto-orientado –que se considera una dimensión personal y adaptativa (Klibert et al., 2005)– se autoimponen estándares altos y quieren alcanzar

la perfección en función de sus propios deseos. Aquellos con perfeccionismo socialmente prescrito –que se considera una dimensión social y desadaptativa (Klibert et al., 2005)– sienten que tienen que cumplir con las expectativas de los demás (Hewitt & Flett, 1991).

Por último, Slaney et al. (2001) plantearon que el perfeccionismo tiene tres componentes: altos estándares, orden y percepción de discrepancia; esta última es definida como la brecha percibida entre los propios estándares y el desempeño real o el grado en que el individuo cree que está a la altura de esos estándares. Altos estándares y orden se consideran características adaptativas, mientras que discrepancia se considera desadaptativa (Slaney et al., 2001). Específicamente, tener altos estándares y baja discrepancia corresponde al perfeccionismo adaptativo, y tener altos estándares y alta discrepancia corresponde al perfeccionismo desadaptativo (Slaney et al., 2002).

Perfeccionismo Adaptativo y Desadaptativo

El perfeccionismo adaptativo implica la tendencia a exigir la perfección de uno mismo (perfeccionismo auto-orientado; Klibert et al., 2005) y autoimponerse expectativas personales excesivamente altas (altos estándares; Frost et al., 1990). Las personas con perfeccionismo adaptativo tienen mayor autoeficacia (Kurtovic et al., 2019), están intrínseca y extrínsecamente motivadas para alcanzar sus metas y usan sus habilidades de aprendizaje de manera eficaz (Mills & Blankstein, 2000).

Por su parte, el perfeccionismo desadaptativo implica la tendencia a percibir que los demás nos exigen ser perfectos (perfeccionismo socialmente prescrito; Klibert et al., 2005), así como a reaccionar negativamente ante los fracasos percibidos y dudar del propio desempeño (preocupación por los errores y dudas sobre las acciones; Frost et al., 1990). Esto lleva a que las personas con perfeccionismo desadaptativo crean que no han alcanzado o que no pueden alcanzar sus propios estándares (Slaney et al., 2001), por lo que cuentan con una alta percepción de discrepancia entre sus expectativas y desempeño real. En este sentido, es probable que recurran a conductas de evitación, como la procrastinación (Kurtovic et al., 2019).

Procrastinación

La procrastinación se entiende como el retraso de una acción o la toma de una decisión al postergar su

realización (Milgram et al., 1998). Este aplazamiento implica la falta o ausencia de autorregulación, es decir, la falta de autocontrol en ciertas tareas que requieren que la persona asuma la responsabilidad del comportamiento propio (Ramzi & Saed, 2019). Dicho déficit en la autorregulación hace que las personas se involucren en actividades que son más gratificantes a corto plazo, sin considerar las implicaciones de esto a largo plazo (Korstange et al., 2019). Diversos estudios han encontrado que la procrastinación está relacionada con menores niveles de bienestar psicológico (Delgado-Tenorio et al., 2021) y problemas específicos que incluyen alto nivel de estrés percibido, depresión, ansiedad (Beutel et al., 2016) y baja autoestima (Shamel & Nayeri, 2021).

Procrastinación Académica

La procrastinación parece ser más común en los ámbitos educativo, laboral y de la salud (Stoeber & Stoeber, 2009; Klingsieck, 2013). En el plano educativo, este fenómeno se conoce como procrastinación académica, definida como la tendencia a siempre o casi siempre retrasar las actividades académicas (e.g. estudiar para exámenes y completar tareas), así como experimentar ansiedad asociada a la procrastinación (Rothblum et al., 1986). Más allá de un déficit en hábitos de estudio y manejo del tiempo (Solomon & Rothblum, 1984), la procrastinación académica se asocia a una serie de factores externos e internos. Los factores externos incluyen estilos de crianza (Zakeri et al., 2013), estrategias o modelos de enseñanza utilizados por los docentes (Babadoğan, 2010), entre otros; y los factores internos incluyen autoeficacia (Burgos-Torre & Salas-Blas, 2020), miedo al fracaso (Abdi Zarrin et al., 2020), entre otros.

Dentro del contexto académico se ha encontrado que la procrastinación es común entre los estudiantes universitarios (Solomon & Rothblum, 1984). Varios estudios han demostrado que la procrastinación académica tiene efectos negativos en la afectividad, la salud física, el desempeño académico y otras áreas personales de estos estudiantes (Grunschel et al., 2013). Entre estas consecuencias se destacan problemas de sueño (Przepiórka et al., 2019), menores niveles de autoeficacia (Güngör, 2020), logro académico (Gareau et al., 2019) y, por tanto, menores calificaciones (Nieberding & Heckler, 2021), así como menor bienestar subjetivo (Suhadianto et al., 2021) con mayores

niveles de ansiedad (Saplavaska & Jerkunkova, 2018; Abdolshahi & Sarafraz, 2019), vergüenza, depresión y estrés, y menor autocompasión (Abdolshahi & Sarafraz, 2019).

Vínculo Perfeccionismo-Procrastinación Académica

Numerosos autores han realizado estudios para explicar el vínculo perfeccionismo-procrastinación académica. Algunos autores indican que las personas con una gran brecha percibida entre los propios estándares y el desempeño real (discrepancia) tienden a ser más procrastinadoras (e.g., Orellana-Damacela et al., 2000; Smith et al., 2017); que una de las razones más frecuentes por las que los estudiantes universitarios procrastinan es por ser perfeccionistas (Estremadoiro Parada & Schulmeyer, 2021); y que las personas perfeccionistas y procrastinadoras tienen algunas características en común, como la falla en la autorregulación (Sirois et al., 2017).

Asimismo, al tener estándares excesivamente altos y temer a cometer errores, Kurtovic et al. (2019) plantean que los individuos perfeccionistas procrastinan porque creen que son incapaces de cumplir con esos estándares, porque nunca están satisfechos con su desempeño, o porque tienen miedo de cometer un error y ser evaluados negativamente. Altos niveles de discrepancia pueden resultar en una sensación de angustia paralizante, y la procrastinación puede convertirse en un medio para escapar de dicha sensación desagradable, aliviándola temporalmente (Kurtovic et al., 2019; Steel, 2007).

Por otra parte, diversos estudios han encontrado que todas las dimensiones del perfeccionismo están relacionadas con la procrastinación académica. En un estudio realizado en Canadá con 492 estudiantes universitarios, Closson y Boutilier (2017) encontraron una relación negativa y significativa entre el perfeccionismo auto-orientado y la procrastinación académica, así como una relación positiva y significativa entre el perfeccionismo socialmente prescrito y la procrastinación académica. Kathleen y Basaria (2021) obtuvieron los mismos resultados en su investigación, la cual fue realizada en Indonesia con una muestra de 366 estudiantes universitarios que cursaron sus estudios en línea debido al COVID-19.

Por su parte, Klibert et al. (2005) y Çapan (2010) realizaron estudios con 475 estudiantes universitarios

de Estados Unidos y 230 estudiantes universitarios de Turquía, respectivamente, en los que encontraron una relación negativa y significativa entre el perfeccionismo auto-orientado y la procrastinación académica.

También se han encontrado resultados ambiguos sobre la relación entre el perfeccionismo orientado hacia los demás y la procrastinación académica. Por ejemplo, los resultados del estudio de Flett et al. (1992), cuya muestra fue de 131 estudiantes universitarios de la Universidad de Toronto en Canadá, indicaron que las medidas de perfeccionismo orientado a los demás no se asociaron significativamente con la procrastinación.

Por otra parte, en su estudio con una muestra de 200 estudiantes universitarios de la ciudad de Teherán en Irán, Jadidi et al. (2011) encontraron una relación positiva y significativa entre las dimensiones de preocupación por los errores, críticas de los padres y dudas sobre las acciones (dimensiones del perfeccionismo desadaptativo) con la procrastinación académica, y una relación negativa y significativa entre la dimensión de organización (dimensión del perfeccionismo adaptativo) y la procrastinación académica. Incluso con hallazgos como los anteriores, el vínculo perfeccionismo-procrastinación dista mucho de ser sólido (Yosopov, 2020), quizá porque muchas investigaciones descuidan los dos factores de orden superior del perfeccionismo (adaptativo y desadaptativo) y pasan por alto la naturaleza compleja de la procrastinación (Smith et al., 2017).

Contexto Nacional: República Dominicana

La procrastinación académica se ha investigado en la República Dominicana en contextos universitarios. Por ejemplo, los resultados de la investigación de López et al. (2019) muestran que, de una muestra de 298 estudiantes activos de la carrera de Medicina de la Universidad Tecnológica de Santiago, el 52.7% a veces procrastinó y el 18.8% lo hizo casi siempre. Además, los resultados de algunos trabajos de grado de estudiantes de psicología revelan que existe una correlación significativa entre la procrastinación académica y diversas variables (e.g. Jiménez et al., 2021; Avila et al., 2021; Espailat Álvarez & Pintor Núñez, 2022).

Una investigación con una muestra de 102 estudiantes universitarios de República Dominicana encontró una correlación negativa y significativa entre la postergación de actividades y variables asociadas al manejo del tiempo, siendo estas el establecimiento de objetivos, herramientas para la gestión y la percepción del control del tiempo (Jiménez et al., 2021). Otra investigación con una muestra de 121 estudiantes universitarios dominicanos encontró una correlación positiva y significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad por COVID-19 (Avila et al., 2021). Por su parte, una investigación con una muestra de 105 estudiantes de la carrera de Psicología de universidades en República Dominicana encontró una correlación negativa y significativa entre la procrastinación académica y la regulación emocional (Espaillat Álvarez & Pintor Núñez, 2022). Sin embargo, estos estudios tienen una muestra pequeña y no probabilística, por lo que sus hallazgos no pueden ser generalizados. Además, los estudios publicados en revistas académicas sobre el perfeccionismo y la procrastinación académica son escasos en el país.

Propósito de la Investigación

En la literatura científica predominan los trabajos que analizan la asociación entre el perfeccionismo y la procrastinación con diversas variables relacionadas a problemas psicológicos, por lo que hay un mayor interés en probar modelos que expliquen este vínculo, con el fin de contribuir a los esfuerzos de prevención e intervención (e.g., Helguera & Oros, 2018; Delgado-Tenorio et al., 2021; Abdi Zarrin et al., 2020). Tomando esto en cuenta, y que el ámbito académico es uno de los dominios más asociados al perfeccionismo y la procrastinación (Stoeber & Stoeber, 2009; Klingsieck, 2013), el propósito de este estudio es establecer si existe una relación estadísticamente significativa entre el perfeccionismo y la procrastinación académica en estudiantes universitarios en República Dominicana, y establecer si existen diferencias estadísticamente significativas entre perfeccionistas adaptativos y perfeccionistas desadaptativos en procrastinación académica.

Hipótesis de la Investigación

Se formularon las siguientes tres hipótesis:

- *H₁*: Existe una correlación estadísticamente significativa entre el perfeccionismo y la

procrastinación académica en estudiantes universitarios.

- *H₂*: Las personas con perfeccionismo desadaptativo obtendrán puntuaciones significativamente mayores que las personas con perfeccionismo adaptativo en postergación de actividades.
- *H₃*: Las personas con perfeccionismo desadaptativo obtendrán puntuaciones significativamente menores que las personas con perfeccionismo adaptativo en autorregulación académica.

MÉTODO

Diseño de Investigación

El presente estudio tuvo un diseño cuantitativo y no experimental, de tipo transversal y correlacional (Ato et al., 2013). Esto quiere decir que buscó encontrar el grado de asociación entre las variables de perfeccionismo y procrastinación académica, sin estas ser manipuladas. Fue realizado dentro de un periodo de tiempo determinado y utilizó valores numéricos que fueron sometidos a métodos estadísticos en el programa JASP para el análisis de datos (JASP Team, 2024). Se utilizaron cuestionarios de auto-reporte para medir las variables estudiadas.

Participantes

Para determinar el tamaño de la muestra, se realizó un análisis de potencia utilizando el software estadístico G-Power (Faul et al., 2009), que contemplara una potencia de .9 y un alfa de .05 que pudiera predecir un tamaño de efecto mediano ($r = .3$). El análisis arrojó un total de 109 participantes. El tipo de muestreo de este estudio fue no probabilístico intencional de bola de nieve. La muestra estuvo compuesta por un total de 144 participantes, de los cuales 116 cumplieron con los criterios de inclusión (estudiantes universitarios de pregrado matriculados en una universidad privada de Santo Domingo con edades comprendidas entre los 18 y 25 años, y que residan en Santo Domingo, República Dominicana). Aquellos que no contaron con los criterios de inclusión anteriormente establecidos no fueron parte del estudio. Se contó con la participación de 19 hombres (16.38%) y 97 mujeres (83.62%), con una edad promedio de 20.23 años ($DE = 1.19$) y posición socioeconómica

predominantemente media-alta, que residen en Santo Domingo, República Dominicana.

Instrumentos

Cuestionario Sociodemográfico. Este cuestionario indagaba información de edad, sexo, nacionalidad, país de residencia, ciudad de residencia, estado civil, último grado académico, ocupación, asistencia a la universidad, universidad a la que asiste, carrera profesional cursada, número total de cuatrimestres/trimestres/semestres académicos de la carrera, cuatrimestre/trimestre/semestre académico en el que se encuentra e índice académico actual. Este cuestionario incluyó las escalas de posición socioeconómica comunitaria y nacional percibidas de MacArthur.

Almost Perfect Scale-Revised (APS-R). La APS-R es una escala con 23 ítems, puntuados con una escala tipo Likert de siete puntos (*fuertemente en desacuerdo, en desacuerdo, levemente en desacuerdo, no estoy de acuerdo ni en desacuerdo, levemente de acuerdo, de acuerdo y fuertemente de acuerdo*), siendo 1 Fuertemente en desacuerdo y 7 Fuertemente de acuerdo. La APS-R está dividida en tres subescalas: altos estándares (AE; ítems 1, 5, 8, 12, 14, 18, 22), orden (O; ítems 2, 4, 7, 10) y percepción de la discrepancia (D; ítems 3, 6, 9, 11, 13, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 23). AE y O se consideran como los aspectos adaptativos del perfeccionismo, y D es considerada como el aspecto disfuncional del mismo (Slaney et al., 2001); específicamente, altos estándares y baja discrepancia corresponden al perfeccionismo adaptativo, y altos estándares y alta discrepancia corresponden al perfeccionismo desadaptativo (Slaney et al., 2002).

A partir de los resultados obtenidos, se procede a determinar el total de las respuestas por subescala: AE, con un puntaje máximo de 49; O, con un puntaje máximo de 28; y D, con un puntaje máximo de 84. Las puntuaciones altas en las subescalas de AE y O (de 25 a 49 y de 14 a 28, respectivamente) indican perfeccionismo. La prueba categoriza a las personas perfeccionistas en: adaptativas (indicado por puntuaciones altas en AE y bajas en D) y desadaptativas (indicado por puntuaciones altas en AE y D). Un puntaje de 42 a 84 sugiere una puntuación alta en D. En este estudio, se estableció la confiabilidad gracias a que se obtuvo un alfa de Cronbach de .88 para la escala total, .74 para la subescala de altos estándares (AE), .71 para

la subescala de orden (O), y .93 para la subescala de percepción de la discrepancia (D).

Escala de Procrastinación Académica (EPA). La EPA es una escala con 16 ítems, puntuados con una escala tipo Likert de cinco puntos (*Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre y Siempre*), siendo 1 *Nunca* y 5 *Siempre*. La adaptación de Domínguez Lara et al. (2014) elimina cuatro ítems, quedándose con 12 ítems, puntuados mediante la misma escala tipo Likert. A diferencia de la versión original (Busko, 1998) y la versión traducida (Álvarez Blas, 2010) que consideran la procrastinación académica como unidimensional, esta última versión (Domínguez Lara et al., 2014) la considera bidimensional, identificando las siguientes dos subescalas: postergación de actividades (PA; ítems 1, 6, 7) y autorregulación académica (AA; ítems 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12). PA se refiere a la acción de dejar para después la realización de actividades académicas, y AA se refiere al “proceso activo en el que los estudiantes establecen sus objetivos principales de aprendizaje y a lo largo de este, tratan de conocer, controlar y regular sus cogniciones, motivaciones y comportamientos de cara a alcanzar esos objetivos” (Valle et al., 2008, p. 724). En este estudio, se estableció la confiabilidad gracias a que se obtuvo un alfa de Cronbach de .84 para la escala total, .77 para la subescala de postergación de actividades (PA) y .81 para la subescala de autorregulación académica (AA).

Procedimientos Generales

El presente estudio cuenta con la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Iberoamericana, garantizando la protección de sus participantes (CEI2022-176). Los participantes fueron contactados a través de mensajes de WhatsApp por el cual se envió una encuesta virtual realizada con la plataforma PaperSurvey. Dentro de esta se encontró un acápite inicial en el que se presentó el consentimiento informado, donde se le dieron a conocer al participante los riesgos y beneficios de su participación en esta investigación, especificando que la misma era de carácter voluntario; al final el mismo escribió sus iniciales como símbolo de su aprobación ante dicho consentimiento. En concordancia con lo previamente descrito, el levantamiento de datos fue online. Una vez completado el cuestionario sociodemográfico, se administró la versión traducida por Arana et al. (2009) de la APS-R de Slaney et al. (2001), y luego la versión

adaptada por Domínguez Lara et al. (2014) de la Escala de Procrastinación Académica (EPA).

Análisis de Datos

Para el análisis de datos, los resultados fueron organizados en el sistema de *Microsoft Excel* y luego sometidos al programa estadístico JASP. En este programa se realizaron: (1) análisis descriptivos de los datos sociodemográficos de los participantes, para extraer las características más representativas de la muestra de la población estudiada; (2) análisis de consistencia interna mediante alfa de Cronbach, para estimar la fiabilidad de los instrumentos empleados; (3) análisis de correlación de *Pearson*, para analizar si existe una relación entre las variables bajo estudio; y (4) *U* de Mann-Whitney, para examinar las diferencias en procrastinación académica entre los grupos de perfeccionistas adaptativos vs. desadaptativos.

RESULTADOS

Análisis Descriptivos de las Escalas

Se realizaron análisis descriptivos para las escalas utilizadas, con el fin de caracterizar la muestra. Las subescalas de altos estándares, orden y percepción de la discrepancia se valoran del 1 a 7, con puntuaciones máximas de 49, 28 y 84 respectivamente. Las subescalas de postergación de actividades y autorregulación académica se valoran del 1 a 5, con puntuaciones máximas de 15 y 45 respectivamente. Se indica que mientras más se puntúe en AA, menor es la autorregulación (esta subescala tiene valores inversos), y mientras más se puntúe en PA, mayor es la tendencia a postergar. Según los criterios asumidos por la evaluación, en promedio, la muestra puede ser caracterizada como perfeccionista desadaptativa y procrastinadora.

Tabla 1

Análisis descriptivos de las escalas

Escala	α	M	DE
1. AE	0.737	41.172	5.468
2. O	0.708	22.310	3.805
3. D	0.926	49.328	16.451
4. PA	0.774	9.931	2.864
5. AA	0.805	32.681	6.111

Nota. α = Alfa de Cronbach; M = Media; DE = Desviación estándar; AE = Altos estándares; O = Orden; D = Percepción de discrepancia; PA = Postergación de actividades; AA = Autorregulación académica.

Perfeccionismo y Procrastinación Académica

Para contestar la primera pregunta de investigación, *¿Existe una correlación estadísticamente significativa entre el perfeccionismo y la procrastinación académica en estudiantes universitarios?*, realizamos un análisis de correlación de *Pearson*. Como se puede observar en la Tabla 1, la subescala altos estándares correlaciona de forma positiva y baja con la subescala de autorregulación académica ($r = .36; p < .001$). Esto sugiere que, a mayor puntuación de altos estándares, mayor autorregulación académica.

La subescala de orden correlaciona de forma negativa y baja con la subescala de postergación de actividades ($r = -.24; p < .01$), y de forma positiva y baja con la subescala de autorregulación académica ($r = .34; p < .001$), lo cual indica que a mayor orden menor postergación y mayor autorregulación académica. La subescala de percepción de la discrepancia correlaciona de forma positiva y baja con la subescala de postergación de actividades ($r = .34; p < .001$), y de forma negativa y baja con la subescala de autorregulación académica ($r = -.20; p < .05$), sugiriendo que a mayor percepción de la discrepancia, mayor postergación y menor autorregulación académica.

Tabla 2

Correlaciones entre las subescalas de APS-R y EPA.

	AE	O	D	PA
1. AE	--			
2. O	.406***	--		
3. D	.029	-.178	--	
4. PA	-.121	-.240**	.337***	--
5. AA	.356***	.342***	-.197*	-.474***

Nota. AE = Altos estándares; O = Orden; D = Percepción de discrepancia; PA = Postergación de actividades; AA = Autorregulación académica. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Procrastinación Académica en Perfeccionistas Adaptativos vs. Desadaptativos

Para contestar la segunda pregunta de investigación, *¿Existen diferencias estadísticamente significativas entre perfeccionistas adaptativos y perfeccionistas desadaptativos en procrastinación académica?*, realizamos una prueba *U* de Mann-Whitney, debido a que los datos no tienen una distribución normal. Como se puede observar en la Tabla 2, los participantes del grupo de perfeccionistas desadaptativos poseen una puntuación mayor y con una diferencia estadísticamente

significativa en la subescala de postergación de actividades, en comparación al grupo de perfeccionistas adaptativos (10.49 vs. 9.00; $W = 1084$; $p < .05$). En concreto, los resultados sugieren que cuando los participantes son perfeccionistas desadaptativos, presentan puntuaciones más altas en procrastinación académica. En lo que respecta a las demás puntuaciones, el grupo de perfeccionistas adaptativos presentó una mayor puntuación en la subescala de autorregulación académica que el grupo de perfeccionistas desadaptativos, pero no existió diferencia significativa entre los grupos en dicha subescala.

DISCUSIÓN

Basado en los resultados del análisis, se encontró una correlación significativa entre el perfeccionismo y la procrastinación académica en la muestra estudiada, lo cual confirma la primera hipótesis planteada (H1). Específicamente, los resultados indican que hubo una correlación significativa y positiva entre la autorregulación académica y tener altos estándares y organización, lo cual es consistente con las investigaciones de Frost et al. (1990) y Kurtovic et al. (2019). También se encontró que el orden correlacionó negativamente con postergar las tareas académicas, siendo consistente con los hallazgos de Jadidi et al. (2011). Por último, la percepción de la brecha entre los propios estándares y el desempeño real (percepción de discrepancia) correlacionó positivamente con postergación de actividades y negativamente con autorregulación académica, lo cual es consistente con los resultados de varios estudios (e.g., Kurtovic et al., 2019; Orellana-Damacela et al., 2000; Smith et al., 2017; Sirois et al., 2017).

Estos resultados sugieren que, en la muestra, los estudiantes que tienen altos estándares y son

organizados parecen mostrar mayor autorregulación, por lo que es posible que posterguen menos sus actividades académicas. No obstante, esto parece ocurrir a medida que no haya una alta discrepancia entre sus estándares y su desempeño real (o la percepción del mismo) con respecto a esos estándares. Es decir, puede que sea más probable que los estudiantes que se sientan incapaces de cumplir con sus altos estándares o que nunca estén satisfechos con su desempeño procrastinen más que aquellos que no perciben esto o que lo hacen en menor medida. Algunos autores indican que los altos niveles de discrepancia pueden resultar en una sensación de angustia por no alcanzar las expectativas, que acompañado de miedo a cometer errores y ser evaluados negativamente, lleva a conductas de evitación como la procrastinación, que puede convertirse en un medio para escapar de dicha sensación desagradable, proporcionando una sensación de alivio temporal (Kurtovic et al., 2019; Steel, 2007).

El análisis también encontró que las personas con perfeccionismo desadaptativo obtuvieron puntuaciones significativamente mayores en postergación de actividades –comprobando la segunda hipótesis (H2). Estos resultados concuerdan con los hallazgos de varias investigaciones que evidencian una correlación positiva entre el perfeccionismo socialmente prescrito –considerado desadaptativo– y la procrastinación (e.g., Closson & Boutilier, 2017; Klibert et al., 2005), específicamente académica (e.g., Kathleen & Basaria, 2021); y una correlación negativa entre el perfeccionismo auto-orientado –considerado adaptativo– y la procrastinación (e.g., Closson & Boutilier, 2017; Klibert et al., 2005), específicamente académica (e.g., Kathleen & Basaria, 2021; Jadidi et al., 2011; Çapan, 2010).

Tabla 3

Prueba U de Mann-Whitney: Comparación de medias de procrastinación académica entre perfeccionistas adaptativos (n = 41) y desadaptativos (n = 74)

	Perfeccionistas adaptativos (n = 41)		Perfeccionistas desadaptativos (n = 74)		W
	M	SD	M	SD	
PA	9.000	2.992	10.486	2.665	1084*
AA	34.244	5.54	32.014	6.103	1847.5

Nota. PA = Postergación de actividades y AA = Autorregulación académica. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Estos resultados sugieren que los estudiantes de la muestra cuyas respuestas indicaron un perfeccionismo adaptativo tienden a no procrastinar las actividades académicas, o que lo hacen menos que aquellos con perfeccionismo desadaptativo. A diferencia del perfeccionismo desadaptativo –que enfatiza la preocupación por los errores y las dudas sobre las propias acciones–, el perfeccionismo adaptativo implica establecer altos estándares personales, ser organizado y tener niveles bajos de discrepancia, por lo que se asocia a una mayor autorregulación. Además, las personas con perfeccionismo auto-orientado (adaptativo) están intrínsecamente y extrínsecamente motivadas a alcanzar los estándares que se establecen a sí mismas (Mills & Blankstein, 2000; Vicent et al., 2020), por lo que tienden a dedicar más tiempo y esfuerzo al cumplimiento de sus tareas con el fin de alcanzar lo que entienden es el éxito, a la vez que se sienten motivados por el reconocimiento de su trabajo académico. En este sentido, es posible que ser organizado, tener altos estándares personales, estar motivados a alcanzarlos, y no percibir una gran discrepancia entre los mismos y el desempeño real, lleve a que los individuos de la muestra con un perfeccionismo adaptativo realicen con tiempo sus actividades académicas, en lugar de evitarlas por aspectos desadaptativos como la presión de cumplir las expectativas de otros, la subsecuente alta percepción de discrepancia, el miedo al fracaso y la crítica negativa, y la falla en autorregulación.

La diferencia en autorregulación académica entre personas con perfeccionismo adaptativo vs. perfeccionismo desadaptativo no fue significativa, rechazando la tercera hipótesis (H3). La literatura que aborda la diferencia en autorregulación académica entre ambos tipos de perfeccionistas es escasa, por lo que, por el momento, se encuentran pocos modelos que predicen o explican esta diferencia. Además, es posible que los instrumentos que se usaron en el presente estudio no tengan la suficiente sensibilidad para detectar algunas diferencias entre estos grupos. Sin embargo, este resultado nulo puede explicarse por los hallazgos de Chun Chu y Choi (2005), quienes encontraron que existen dos tipos de procrastinadores con características que podrían considerarse desadaptativas y adaptativas: (1) pasivos, quienes se paralizan por su indecisión y no completan las tareas a tiempo, y (2) activos, quienes procrastinan deliberadamente

porque prefieren trabajar bajo presión. Esto sugiere que habría que tomar en cuenta tanto la tendencia perfeccionista como procrastinadora de los participantes para evaluar las diferencias en uso intencional del tiempo y así entender mejor el respectivo funcionamiento en autorregulación académica.

Por otra parte, puede que las diferencias no hayan sido significativas debido a las fuentes de motivación de cada grupo de perfeccionistas (Vicent et al., 2020) y que ambos desean cumplir con expectativas poco realistas y excesivas de sí mismos, sea autoimpuestas o percibidas de otros. Es decir, aunque los estudiantes de la muestra con perfeccionismo adaptativo muestran mayor autorregulación que los desadaptativos –muy probablemente por el orden que los caracteriza, y podrían estar motivados a dedicar más tiempo y esfuerzo en sus tareas, estos estándares no dejan de ser excesivamente altos, por lo que parecería que los perfeccionistas desadaptativos de la muestra postergan por sentirse incapaces de alcanzar sus estándares (alta discrepancia), mientras que los adaptativos lo hacen porque entienden que deben esperar al momento ideal para realizar sus tareas de modo que sientan que han alcanzado sus estándares.

Limitaciones y Recomendaciones Futuras

El presente estudio tiene algunas limitaciones que deben ser consideradas para su interpretación y abordadas en futuras investigaciones. En primer lugar, este estudio utilizó una muestra pequeña e intencional compuesta predominantemente por mujeres dominicanas de posición socioeconómica media-alta, por lo que no se puede generalizar los hallazgos de este. En segundo lugar, la muestra fue recogida en línea, lo que deja fuera posibles candidatos/as que pudieron no haber contestado. En tercer lugar, se utilizaron medidas de autoinforme para evaluar el perfeccionismo y la procrastinación académica, lo cual aumenta la probabilidad de respuestas socialmente deseables, comprometiendo la validez de los resultados en función al grado de honestidad que los participantes demostraron al responder los ítems. Finalmente, el diseño correlacional limita la posibilidad de extraer conclusiones sobre la causalidad de los resultados.

Por estos motivos, se presentan las siguientes recomendaciones para futuras investigaciones. Debido

a la naturaleza del proceso de muestreo y la relativa homogeneidad de la muestra alcanzada, se deben utilizar muestras más grandes con características socio-demográficas más diversas y que estén más balanceadas por género. Asimismo, se alienta la realización de estudios longitudinales para explorar la relevancia del perfeccionismo en la investigación de la procrastinación con estudiantes universitarios. Además, podría ser de utilidad examinar el papel de posibles factores que inciden en el vínculo perfeccionismo-procrastinación académica, tales como las características personales (e.g. rasgos de personalidad) que aumentan el riesgo de procrastinar, el agotamiento académico, la motivación académica, el bienestar psicológico, el uso intencional del tiempo, la creencia en la autoeficacia y los estilos de afrontamiento, incluyendo las tendencias cognitivo-afectivo-conductuales de los procrastinadores activos y pasivos (Uzun Ozer et al., 2014).

Pese a las limitaciones presentadas, los resultados obtenidos de este estudio son útiles para caracterizar la problemática de la procrastinación académica en estudiantes universitarios, lo cual justifica la implementación de estrategias psicoeducativas en programas que buscan promover el éxito académico en estos estudiantes. Estos programas deben orientarse a enseñar a los estudiantes habilidades de planificación y gestión adecuada del tiempo, hábitos de estudio efectivos según el estilo de aprendizaje personal (Babadogan, 2010) y estrategias tanto para un afrontamiento adaptativo como para reevaluar y establecer objetivos más realistas (Burnam et al., 2014). Asimismo, los servicios de asesoramiento de las universidades deben prestar atención a los cambios en rendimiento académico y autoeficacia de sus estudiantes, brindándoles ayuda profesional –en caso de ser necesario–, con intervenciones para corregir distorsiones sobre las propias capacidades, la discrepancia entre los objetivos y los logros, y la equiparación de los errores con el fracaso (Kurtovic et al., 2019). Por otra parte, es recomendable que se proporcionen a los estudiantes plantillas instruccionales que incluyan los datos pertinentes sobre los programas académicos a cursar (e.g. calendario académico, descripción de las unidades, métodos de evaluación, etc.), para que estos tengan la oportunidad de familiarizarse con los contenidos del curso y organizarse acorde al mismo,

especialmente si se trata de cursos impartidos en una modalidad virtual (Rosario-Rodríguez et al., 2020).

CONCLUSIÓN

Los hallazgos de esta investigación confirmaron una asociación entre el perfeccionismo y la procrastinación académica en una muestra de estudiantes universitarios, mostrando igualmente una diferencia significativa en postergación de las actividades entre los grupos de perfeccionistas adaptativos y desadaptativos. En este sentido, los resultados caracterizan la problemática de la procrastinación académica en estos estudiantes y justifican la implementación de estrategias psicoeducativas en programas que busquen promover su éxito académico, apuntando a la necesidad de considerar tanto la tendencia perfeccionista como procrastinadora para entender mejor el respectivo funcionamiento en autorregulación académica.

Los resultados obtenidos pueden ayudar a orientar el esfuerzo a la mejora de la experiencia académica de los estudiantes, lo cual es de suma importancia, ya que el éxito en la vida académica influye en la vida en general (Çapan, 2010). Esta investigación es un llamado a profesionales en el campo de la salud mental y educación para tomar las medidas pertinentes que permitan fomentar la autorregulación académica, ayudando a reducir la percepción de la discrepancia, el perfeccionismo desadaptativo, la procrastinación académica, y con ello, las consecuencias negativas que derivan de la misma.

Financiamiento: La presente investigación no fue financiada por alguna entidad ni patrocinador.

Conflicto de Intereses: No existen conflictos de intereses de parte de los autores de la investigación.

Aprobación de la Junta Institucional para la Protección de Seres Humanos en la Investigación: Comité de Ética de la Universidad Iberoamericana (CEI2022-176).

Consentimiento o Asentimiento Informado: Todo participante completó un consentimiento informado.

Proceso de Revisión: Este estudio ha sido revisado por pares externos en modalidad de doble ciego. El editor encargado del proceso de revisión fue Juan Aníbal González-Rivera.

REFERENCIAS

- Abdi Zarrin, S., Gracia, E., & Paixão, M. P. (2020). Prediction of academic procrastination by fear of failure and self-regulation. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 20(3), 34–43. <https://doi.org/10.12738/jestp.2020.3.003>

- Abdolshahi, H. R., & Sarafraz, M. R. (2019). The relationship between self-compassion and procrastination: The mediating role of shame and guilt. *Journal of Fundamentals of Mental Health, 21*(4), 233–239. https://jfmh.mums.ac.ir/article_14398_7f7df76fca6e2f1dfbf00acc8fe99eb4.pdf
- Adkins, K. K., & Parker, W. (1996). Perfectionism and suicidal preoccupation. *Journal of Personality, 64*(2), 529–543. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1996.tb00520.x>
- Álvarez Blas, Ó. R. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona, 013*, 159–177. <https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.270>
- Arana, F. G., Keegan, E. G., & 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), 35–53. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v9.n1.463>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología, 29*(3), 1038–1059. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Avila, N., Espinal, M. J., & Peralta, A. (2021). *Relación entre la ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica*. [Proyecto Final de Grado, Universidad Iberoamericana]. <https://repositorio.unibe.edu.do/jspui/handle/123456789/528>
- Babadoğan, C. (2010). The impact of academic procrastination behaviors of the students in the certificate program in English language teaching on their learning modalities and academic achievements. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 2*(2), 3263–3269. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.499>
- Beutel, M. E., Klein, E. M., Aufenanger, S., Brähler, E., Dreier, M., Müller, K. W., Quiring, O., Reinecke, L., Schmutzer, G., Stark, B., & Wölfling, K. (2016). Procrastination, distress and life satisfaction across the age range - A German representative community study. *PLOS ONE, 11*(2), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0148054>
- Burgos-Torre, K. S., & Salas-Blas, E. (2020). Procrastinación y autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones, 8*(3), e790. <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.790>
- Burnam, A., Komaraju, M., Hamel, R., & Nadler, D. R. (2014). Do adaptive perfectionism and self-determined motivation reduce academic procrastination? *Learning and Individual Differences, 36*, 165–172. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.10.009>
- Busko, D. A. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. [Tesis de maestría, University of Guelph]. https://www.collectionscanada.gc.ca/obj/s4/f2/dsk2/tape15/PQDD_0004/MQ31814.pdf
- Çapan, B. E. (2010). Relationship among perfectionism, academic procrastination and life satisfaction of university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences, 5*, 1665–1671. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.342>
- Chun Chu, A. H., & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of “active” procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of Social Psychology, 145*(3), 245–264. <https://doi.org/10.3200/SOCP.145.3.245-264>
- Closson, L. M., & Boutilier, R. R. (2017). Perfectionism, academic engagement, and procrastination among undergraduates: The moderating role of honors student status. *Learning and Individual Differences, 57*, 157–162. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2017.04.010>
- Delgado-Tenorio, A. L., Oyanguren-Casas, N. A., Reyes-González, A. A. I., Zegarra, Á. Ch., & Cueva, M. E. (2021). El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado. *Propósitos y Representaciones, 9*(3), e1372. <https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9n3.1372>
- Dimaggio, G., Lysaker, P. H., Calarco, T., Pedone, R., Marsigli, N., Riccardi, I., Sabatelli, B., Carcione, A., & Paviglianiti, A. (2015). Perfectionism and personality disorders as predictors of symptoms and interpersonal problems. *American Journal of Psychotherapy, 69*(3), 317–330. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.2015.69.3.317>
- Domínguez Lara, S. A., Villegas García, G., & Centeno Leyva, S. B. (2014). Procrastinación académica: Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit, 20*(2), 293–304.
- Espaillet Álvarez, L., & Pintor Núñez, M. J. (2022). *Relación entre procrastinación académica, ansiedad y regulación emocional*. [Proyecto Final de Grado, Universidad Iberoamericana]. <https://repositorio.unibe.edu.do/jspui/handle/123456789/1081#:~:text=Los%20resultados%20arrojaron%20correlaciones%20negativas,menos%20regulaci%C3%B3n%20emocional%20o%20viceversa.>
- Estremadoiro Parada, B., & Schulmeyer, M. K. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de La Comunicación y La Cultura, 1*(30), 51–65. <https://doi.org/10.56992/a.v1i30.17>
- Fang, T., & Liu, F. (2022). A review on perfectionism. *Scientific Research Publishing, 10*, 355–364. <https://doi.org/10.4236/jss.2022.101027>
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods, 41*, 1149–1160. <https://doi.org/10.3758/brm.41.4.1149>
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality, 20*(2), 85–94. <https://doi.org/10.2224/sbp.1992.20.2.85>
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences, 14*(1), 119–126. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90181-2](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90181-2)
- Frost, R. O., 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>
- Gareau, A., Chamandy, M., Kljajic, K., & Gaudreau, P. (2019). The

- detrimental effect of academic procrastination on subsequent grades: The mediating role of coping over and above past achievement and working memory capacity. *Anxiety, Stress and Coping An International Journal*, 32(2), 141–154. <https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1543763>
- Grunschel, C., Patrzek, J., & Fries, S. (2013). Exploring reasons and consequences of academic procrastination: An interview study. *European Journal of Psychology of Education*, 28, 841–861. <https://doi.org/10.1007/s10212-012-0143-4>
- Güngör, A. Y. (2020). The relationship between academic procrastination, academic self-efficacy, and academic achievement among undergraduates. *Oltu Beşeri ve Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi*, 1(1), 57–68. <https://humanities-ataunipress.org/Content/files/sayilar/3/57-68.pdf>
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27–33. <https://psycnet.apa.org/record/1979-08598-001>
- Helguera, G. P., & Oros, L. B. (2018). Perfeccionismo y autoestima en estudiantes universitarios argentinos. *Pensando Psicología*, 14(23), 1–12. <https://doi.org/10.16925/pe.v14i23.2266>
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.60.3.456>
- Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B., & Kennedy, C. (2004). A new measure of perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of Personality Assessment*, 82(1), 80–91. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8201_13
- Jadidi, F., Mohammadkhani, S., & Tajrishi, K. Z. (2011). Perfectionism and academic procrastination. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 30, 534–537. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.104>
- JASP Team. (2024). JASP (Version 0.18.3) [Computer software].
- Jiménez, G., Torres, M., & García, P. (2021). *Relación entre la procrastinación académica, el estrés académico y el manejo del tiempo en estudiantes universitarios*. [Proyecto Final de Grado, Universidad Iberoamericana]. <https://repositorio.unibe.edu.do/jspui/handle/123456789/1074>
- Kathleen, E., & Basaria, D. (2021). The relationship between perfectionism and academic procrastination in college students learning online due to the COVID-19 pandemic. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 570. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.188>
- Klibert, J. J., Langhinrichsen-Rohling, J., & Saito, M. (2005). Adaptive and maladaptive aspects of self-oriented versus socially prescribed perfectionism. *Journal of College Student Development*, 46(2), 141–156. <https://doi.org/10.1353/csd.2005.0017>
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination in different life-domains: Is procrastination domain specific? *Current Psychology*, 32(2), 175–185. <https://doi.org/10.1007/s12144-013-9171-8>
- Korstange, R., Craig, M., & Duncan, M. D. (2019). Understanding and addressing student procrastination in college. *The Learning Assistance Review*, 24(1), 57–70. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1234437>
- Kurtovic, A., Vrdoljak, G., & Idzanovic, A. (2019). Predicting procrastination: The role of academic achievement, self-efficacy and perfectionism. *International Journal of Educational Psychology*, 8(1), 1–26. <https://doi.org/10.17583/ijep.2019.2993>
- López, M., González Sosa, H. B., Santa Pérez, A., & Guzmán Tejada, D. A. (2019). Procrastinación académica en estudiantes universitarios de la facultad Ciencias de la Salud. *Revista Utesiana de La Facultad Ciencias de La Salud*, 4(4), 18–25. https://www.utesa.edu/home/revistas-utesianas/rev-ciencia-salud/descargables/2019/2019_Salud_Art_2.pdf
- Milgram, N., Mey-Tal, G., & Levison, Y. (1998). Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents. *Personality and Individual Differences*, 25, 297–300. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00044-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00044-0)
- Mills, J. S., & Blankstein, K. R. (2000). Perfectionism, intrinsic vs extrinsic motivation, and motivated strategies for learning: A multidimensional analysis of university students. *Personality and Individual Differences*, 29(6), 1191–1204. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00003-9](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00003-9)
- Nieberding, M., & Heckler, A. F. (2021). Patterns in assignment submission times: Procrastination, gender, grades, and grade components. *Physical Review Physics Education Research*, 17(1), 1–12. <https://doi.org/10.1103/PhysRevPhysEducRes.17.013106>
- Orellana-Damacela, L. E., Tindale, R. S., & Suarez-Balcazar, Y. (2000). Decisional and behavioral procrastination: How they relate to self-discrepancies. *Journal of Personality and Social Behavior*, 15, 225–238. https://ecommons.luc.edu/psychology_facpubs/21/
- Przepiórka, A., Błachnio, A., & Siu, N. Y. F. (2019). The relationships between self-efficacy, self-control, chronotype, procrastination and sleep problems in young adults. *The Journal of Biological and Medical Rhythm Research*, 36(8), 1025–1035. <https://doi.org/10.1080/07420528.2019.1607370>
- Ramzi, F., & Saed, O. (2019). The roles of self-regulation and self-control in procrastination. *Psychology and Behavioral Science International Journal*, 13(2), 1–4. <https://doi.org/10.19080/pbsij.2019.13.555863>
- Rosario-Rodríguez, A., González-Rivera, J. A., Cruz-Santos, A., & Rodríguez-Ríos, L. (2020). Demandas tecnológicas, académicas y psicológicas en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista Caribeña de Psicología*, 4(2), 176–185. <https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4915>
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33(4), 387–394. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.33.4.387>
- Saplavska, J., & Jerkunkova, A. (2018). Academic procrastination and anxiety among students. *Engineering for Rural Development*, 17, 1192–1197. <https://doi.org/10.22616/ER-Dev2018.17.N357>
- Shamel, S., & Nayeri, M. (2021). Investigating the relationship between self-esteem and stress coping styles with students' procrastination. *Brazilian Journal of Education, Technology and Society*, 14(1), 151–157. <https://doi.org/10.14571/brajets.v14.n1.151-157>

- Sirois, F. M., Molnar, D. S., & Hirsch, J. K. (2017). A meta-analytic and conceptual update on the associations between procrastination and multidimensional perfectionism. *European Journal of Personality, 31*(2), 137–159. <https://doi.org/10.1002/per.2098>
- Slaney, R. B., Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2002). A programmatic approach to measuring perfectionism: The Almost Perfect Scales. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 63–88). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-003>
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 34*(3), 130–145. <https://doi.org/10.1080/07481756.2002.12069030>
- Smith, M. M., Sherry, S. B., Saklofske, D. H., & Mushqaush, A. R. (2017). Clarifying the perfectionism-procrastination relationship using a 7-day, 14-occasion daily diary study. *Personality and Individual Differences, 112*, 117–123. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.059>
- Solomon, L., & Rothblum, E. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology, 31*(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin, 133*(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- 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., & Stoeber, F. S. (2009). Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life. *Personality and Individual Differences, 46*(4), 530–535. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.12.006>
- Suhadianto, Arifiana, I. Y., Rahmawati, H., Hanurawan, F., & Eva, N. (2021). Stop academic procrastination during Covid 19: Academic procrastination reduces subjective well-being. *KnE Social Sciences, 4*(15), 312–325. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8220>
- Uzun Ozer, B., O'Callaghan, J., Bokszczanin, A., Ederer, E., & Essau, C. (2014). Dynamic interplay of depression, perfectionism and self-regulation on procrastination. *British Journal of Guidance and Counselling, 42*(3), 309–319. <https://doi.org/10.1080/03069885.2014.896454>
- Valle, A., Núñez, J. C., Cabanach, R. G., González-Pienda, J. A., Rodríguez, S., Rosário, P., Cerezo, R., & Muñoz-Cadavid, M. A. (2008). Self-regulated profiles and academic achievement. *Psicothema, 20*(4), 724–731. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18940075/>
- Vicent, M., Sanmartín, R., Váscquez-Rubio, O., & García-Fernández, J. M. (2020). Perfectionism profiles and motivation to exercise based on self-determination theory. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(9), 3206. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093206>
- Wheeler, H. A., Blankstein, K. R., Antony, M. M., McCabe, R. E., & Bieling, P. J. (2011). Perfectionism in anxiety and depression: Comparisons across disorders, relations with symptom severity, and role of comorbidity. *International Journal of Cognitive Therapy, 4*(1), 66–91. <https://doi.org/10.1521/ijct.2011.4.1.66>
- Yosopov, L. (2020). *The Relationship between perfectionism and procrastination: Examining trait and cognitive conceptualizations, and the mediating roles of fear of failure and overgeneralization of failure*. [Dissertation, Western University]. <https://ir.lib.uwo.ca/cgi/viewcontent.cgi?article=9761&context=etd>
- Zakeri, H., Esfahani, B. N., & Razmjooe, M. (2013). Parenting styles and academic procrastination. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 84*, 57–60. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.509>



Obra bajo licencia de Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0).
© 2025 Autores.