

<https://doi.org/10.69639/arandu.v12i1.780>

Relación del nivel de perfeccionismo en el bienestar psicológico de estudiantes universitarios de la carrera de Psicología

Relationship between the level of perfectionism and the psychological well-being of university students in the Psychology career

Aaron Miguel Barcos Pinela

aaron.barcos@unach.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0004-6810-5105>

Universidad Nacional De Chimborazo

Ecuador - Riobamba

Luisa Carolina González-Ramírez

lgonzalez@unach.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-4431-965X>

Universidad Nacional De Chimborazo

Ecuador - Riobamba

Artículo recibido: 10 enero 2025

- Aceptado para publicación: 20 febrero 2025

Conflictos de intereses: Ninguno que declarar

RESUMEN

Los seres humanos a lo largo de su desarrollo vital se plantean objetivos y trazan el camino para lograrlos dependiendo de sus características personales derivando en un grado de perfeccionismo. El objetivo principal del presente estudio es determinar la relación del nivel de perfeccionismo en el bienestar psicológico de los estudiantes de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo mediante la aplicación de escalas psicológicas, de tal manera que pretende comprender, cómo ciertas dimensiones asociadas al perfeccionismo pueden influir en la salud mental de los educandos. Participaron 235 estudiantes de la institución de educación superior mencionada ubicada en la ciudad de Babahoyo, provincia de Los Ríos – Ecuador. El nivel de la presente investigación es de campo, de tipo correlacional, de corte transversal, con enfoque mixto. Se utilizó la Escala Multidimensional de Perfeccionismo (MPS) para medir el perfeccionismo a través de 6 dimensiones, y para examinar el bienestar psicológico se empleó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (EBPR) que explora 6 subescalas. Se obtuvo un nivel “normal” de perfeccionismo tanto en hombres (54,1%) como mujeres (50,7%) respectivamente; mientras que el grado de bienestar psicológico alcanzado por los participantes es “moderado” (45,9%) en sujetos masculinos y “alto” (46,7%) en participantes de sexo femenino; sin embargo, no se observaron diferencias significativas a nivel poblacional al realizar una comparación respecto al sexo, identificándose además un nivel de correlación de positiva baja con significancia estadística

($p=0,014$) indicando que mientras los estudiantes manifiestan más comportamientos perfeccionistas su bienestar psicológico tiende a presentar un leve incremento.

Palabras clave: perfeccionismo, bienestar psicológico, universitarios, salud mental, psicología

ABSTRACT

Throughout their life span, human beings set goals and outline the path to achieving them based on their personal characteristics, leading to a certain degree of perfectionism. The primary objective of this study is to determine the relationship between the level of perfectionism and the psychological well-being of Psychology students at the Technical University of Babahoyo through the application of psychological scales. This research seeks to understand how specific dimensions associated with perfectionism may influence students' mental health. A total of 235 students from the aforementioned higher education institution, located in the city of Babahoyo, Los Ríos province, Ecuador, participated in the study. The research is field-based, correlational, cross-sectional, and follows a mixed-methods approach. The Multidimensional Perfectionism Scale (MPS) was used to assess perfectionism across six dimensions, while the Ryff Psychological Well-Being Scale (RPWS) was employed to examine psychological well-being through six subscales. The findings indicate a "normal" level of perfectionism in both male (54.1%) and female (50.7%) participants. Regarding psychological well-being, male students exhibited a "moderate" level (45.9%), while female participants reported a "high" level (46.7%). However, no significant population-level differences were observed when comparing results by sex. Additionally, a low positive correlation with statistical significance ($p = 0.014$) was identified, suggesting that as students display more perfectionistic behaviors, their psychological well-being tends to show a slight increase.

Keywords: perfectionism, psychological well-being, university students, mental health, psychology

INTRODUCCIÓN

El perfeccionismo y el bienestar psicológico son dos constructos cuyo desarrollo determina características específicas de la personalidad de un individuo y repercuten sobre su desenvolvimiento en los distintos escenarios de su vida. El objetivo del presente estudio es determinar la relación del nivel de perfeccionismo con el bienestar psicológico de estudiantes de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo mediante la aplicación de escalas psicológicas; de tal manera que pretende comprender, cómo ciertas dimensiones asociadas al perfeccionismo pueden influir en la salud mental de los educandos.

La importancia de esta investigación radica en la necesidad de identificar cuáles son aquellos aspectos que potencian o disminuyen el bienestar cognitivo en las personas que se encuentran inmersas en situaciones que directa o indirectamente involucran exigencias académicas, familiares y sociales; la información expuesta en la presente investigación contribuirá al conocimiento científico y servirá de orientación para próximos estudios que se realicen respecto a la temática presentada.

Con un enfoque mixto, una metodología de corte transversal y los lineamientos de un estudio correlacional se llevó a cabo el proceso investigativo en el contexto académico superior, en el que se emplearon instrumentos psicométricos validados al contexto ecuatoriano para evaluar ambas variables y comprender su grado de correlatividad. En tal sentido, los hallazgos de este estudio no solo favorecen el entendimiento de la dinámica entre perfeccionismo y bienestar psicológico, sino también proporciona una guía clara frente al diseño de futuras propuestas de prevención e intervención que prioricen y favorezcan la salud mental de los estudiantes.

El perfeccionismo ha sido objeto de numerosos estudios a nivel mundial debido a su impacto significativo en la salud mental y el desempeño de las personas. En un estudio realizado por Aragón y Riveros (2021) en la Universidad Nacional Autónoma de México, se encontró que aproximadamente una cuarta parte de los estudiantes de la Facultad de Contaduría y Administración presentaba niveles elevados de perfeccionismo desadaptativo, estos estudiantes percibían que su esfuerzo no era congruente con sus resultados académicos, lo que generaba una sensación de insatisfacción y frustración.

Por otro lado, en el estudio correlacional de Aguilar (2020) realizado en la Universidad de Central de Venezuela, en Caracas, los estudiantes de Psicología presentaron niveles moderados de perfeccionismo y estrés académico. Dentro de estos valores, los más altos correspondieron al perfeccionismo auto orientado y al estrés ante los exámenes. Estos hallazgos refieren la identificación de niveles medios de perfeccionismo y señalan una tendencia hacia puntajes moderados-altos en diferentes subescalas personales evaluadas y seguidos por puntuaciones algo menores en las dimensiones sociales del perfeccionismo.

Sin embargo, Aparicio et al., (2019) analizaron diferencias significativas en el primer factor de la escala SRAS-R-C, que mide el rechazo escolar asociado a evitar la afectividad negativa. Con respecto a la Escala de Perfeccionismo De Niños y Adolescentes se encontraron diferencias con relación a perfeccionismo socialmente prescrito y la percepción de autoeficacia orientada a las conductas, mientras que, la autoeficacia hacia las emociones no mostró diferencias. Estos hallazgos destacan que entre los adolescentes ecuatorianos existe una relación reforzada entre el perfeccionismo, la ansiedad social y los estándares percibidos por otros, aspectos clave que representan un punto de interés en el ámbito educativo.

Se debe considerar que, las instituciones de educación superior se enfocan en enseñar a sus estudiantes de modo que estos logren el desarrollo de competencias profesionales adecuadas para que puedan desenvolverse de manera óptima en el campo profesional, orientándolos a dar lo mejor de sí, en cualquier escenario asociado con su vocación; sin embargo, de cierto modo se descuida su bienestar psicológico y factores relacionados con su salud mental (Fernández-García et al., 2023). Situaciones problemáticas relacionadas con el perfeccionismo y bienestar psicológico se desarrollan en diversos contextos, nacional e internacional; en tal sentido, la presente investigación pretende responder ¿Cuál es el impacto que tiene el nivel del perfeccionismo sobre el bienestar psicológico de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo durante el periodo septiembre 2024 – marzo 2025?

El perfeccionismo es un rasgo de la personalidad que se manifiesta en diversas áreas de la vida de un ser humano (Colmenares y Aguilar, 2020). A pesar de que anteriormente se consideraba como un factor asociado específicamente a patologías y condiciones que experimentaba el ser humano y afectaba su bienestar, las distintas investigaciones lograron una perspectiva más profunda de dicho constructo, además de empezar a estudiarlo no como un único aspecto de forma global, sino más bien como una variable conformada por distintas dimensiones, siendo así que se establecen seis de ellas, abarcando aspectos como el perfeccionismo socialmente prescrito, las preocupaciones por cometer errores, las excesivas demandas parentales, la autocrítica exagerada, y la discrepancia percibida entre las aspiraciones autoimpuestas y los logros (Frost et al., 1990).

Esta característica implica la búsqueda de estándares elevados y la evaluación crítica de la persona en sí (Chemisquy, 2017). Puede manifestarse adaptativa o desadaptativamente dependiendo de diversos agentes que intervienen en el sujeto; pueden ser de tipo psicológicos o contextuales, entre los aspectos cognitivos se puede referir a las habilidades de afrontamiento con las que se asumen las situaciones que se deben afrontar, se tiene el control de ellas y de sus propias reacciones, pudiendo representar un conflicto que le genera malestar o una oportunidad para potenciar sus capacidades, reconociéndose así dos tipos de perfeccionismo, el adaptativo y el desadaptativo.

Según Gonzáles y Gómez (2017) el perfeccionismo adaptativo se asocia con numerosos aspectos positivos, como la consecución de metas ambiciosas, una organización metódica y un esfuerzo constante por alcanzar la excelencia. Por el contrario, el perfeccionismo desadaptativo está relacionado con efectos negativos de gran relevancia en la salud mental y el bienestar general, este tipo de perfeccionismo se caracteriza por el temor al fracaso, una autocrítica excesiva y altos niveles de ansiedad.

Abordando el perfeccionismo desadaptativo, se caracteriza por un esquema de autoevaluación disfuncional en dos aspectos principales; en primer lugar, la existencia de una dependencia excesiva a la autoevaluación en función de la concreción de metas propuestas en al menos un área particularmente. Esto significa que, si el individuo no logra alcanzar esos objetivos exigentes se genera una severa autocrítica, lo que hace que su percepción personal sea extremadamente vulnerable. En segundo lugar, el esquema de autoevaluación es altamente dependiente del dominio específico en el que se manifiesta el perfeccionismo (De Rosa, 2012). Por ejemplo, si una persona asocia su autovaloración con la búsqueda constante de cumplir estándares estrictos en el ámbito del control de peso, y como consecuencia podría llevar al desarrollo de trastornos relacionados con ese aspecto.

Se debe mencionar que, en el ámbito académico el perfeccionismo puede tener un impacto significativo. Los estudiantes universitarios suelen enfrentarse a presiones externas e internas que refuerzan esta característica. De acuerdo con Salazar (2024) educandos con tendencias perfeccionistas desadaptativas presentan mayores niveles de estrés y menor satisfacción con su desempeño académico, mientras que quienes adoptan un perfeccionismo adaptativo tienden a experimentar una mejor regulación emocional y éxito académico.

El bienestar psicológico se refiere a la evaluación que una persona hace de sí misma, que puede ser tanto positiva como negativa, y abarca sentimientos de satisfacción personal. Este tipo de bienestar se identifica con una predominancia de actitudes positivas y un equilibrio apropiado en los sentimientos de satisfacción humana (Canchari, 2019). Por su parte, Ryff (1989) propone un enfoque multidimensional para estudiar esta variable en la que plantea la existencia de seis dimensiones que conforman el estado de salud cognitiva relacionadas con la aceptación de sí mismos, el manejo del entorno, interacciones favorables, crecimiento propio en diversas áreas como persona, la independencia y la proyección personal que puede tener un individuo lo que implica metas y objetivos a futuro.

Las seis dimensiones conforman pilares esenciales del bienestar psicológico integral; en primer lugar, se encuentra la autoaceptación que implica optar por una actitud positiva hacia uno mismo, luego, el dominio del entorno que involucra la gestión efectiva de los sucesos del contexto cotidiano, la siguiente dimensión denominada relaciones positivas destaca la importancia de vínculos afectivos y su funcionalidad. El crecimiento personal representa la evolución y el proceso continuo de desarrollo y superación; la autonomía demuestra la toma de decisiones y la

independencia frente a la presión de los demás. Finalmente, la sexta subescala corresponde al propósito en la vida el cual involucra el sentido de la existencia a través de las metas y motivaciones personales. (Calzoncin-Calvillo et al., 2020).

La vida académica de los estudiantes universitarios está llena de retos y oportunidades que contribuyen a su desarrollo integral. Durante esta etapa, los estudiantes deben adaptarse a un nuevo entorno académico y social, lo que implica aprender a gestionar su tiempo y responsabilidades de manera eficaz (Barrera et al., 2018).

Uno de los aspectos cruciales de la etapa universitaria es la necesidad de equilibrar las responsabilidades académicas con otras actividades, como deportes, trabajo a tiempo parcial y sociabilidad. La capacidad de los estudiantes para gestionar estas múltiples demandas es fundamental para su éxito educativo y bienestar psicológico. La investigación realizada por Huaire et al., (2019) sugiere que la gestión eficaz del tiempo está directamente relacionada con mejores resultados académicos.

Un factor crucial durante el periodo de preparación profesional es el estrés que los estudiantes pueden experimentar debido a diversas fuentes de presión. Las fechas límite para la entrega de trabajos, los exámenes frecuentes, la competencia académica y las expectativas de un desempeño sobresaliente, son algunos de los detonantes más comunes. Además, muchos universitarios combinan sus estudios con otras responsabilidades, como trabajos a medio tiempo o cuidado familiar, lo que aumenta la carga física y mental. Cuando estas presiones no se gestionan adecuadamente, pueden derivar en tensión, mayor sensación de cansancio y una disminución en su bienestar psicológico (Espinosa et al., 2020).

Tal como se ha hecho mención, el perfeccionismo y el bienestar psicológico se involucra con otro tipo de factores de diversa tipología, como psicosociales tales como el estrés, la cultura y las normas comunitarias. Según Alva (2021) señala que el perfeccionismo desadaptativo está relacionado con niveles más altos de ansiedad, depresión y agotamiento emocional. Las personas que presentan este tipo de perfeccionismo tienden a ser más vulnerables al estrés, ya que sus estándares estrictos y su miedo al fracaso dificultan su capacidad para gestionar situaciones demandantes. En contraste, el perfeccionismo adaptativo, caracterizado por el establecimiento de metas altas, pero alcanzables, flexibles y una menor autocritica, puede promover el bienestar psicológico al generar satisfacción personal y sentido de logro.

En otras palabras, en el contexto de los estudiantes universitarios, el perfeccionismo cobra especial relevancia debido a las altas exigencias académicas y sociales, aquellos con tendencias perfeccionistas pueden experimentar una mayor presión por obtener resultados sobresalientes, lo que podría afectar su bienestar emocional y cognitivo.

En cuanto a la hipótesis, la presente investigación plantea que: “Un mayor nivel de perfeccionismo deriva en un menor grado de bienestar psicológico en los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo”. Resulta relevante estudiar dicha temática

para comprender los principales desafíos cognitivos relacionados con factores propios o externos que afrontan los estudiantes universitarios y atentan contra su estado de bienestar en el contexto académico específicamente.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño

El presente trabajo mantiene un enfoque mixto (Cualitativo-Cuantitativo) debido al carácter de los datos recopilados a través de los instrumentos de investigación aplicados sobre la muestra y el procesamiento que se realizó con los mismos lo que permitió medir el estado de las variables.

Es un estudio con alcance correlacional; ya que pretende comprender el grado de relación que tiene una dimensión sobre la otra, en este caso el perfeccionismo con el bienestar psicológico. Además, es de corte transversal, dado que la recolección de la información se llevará a cabo en un solo momento de la investigación.

Población y Muestra

La población (N) equivale a 600 estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo (UTB) ubicada en la ciudad de Babahoyo de la provincia de Los Ríos. De dicho conjunto se seleccionó a través de un muestreo aleatorio simple una muestra de 235 sujetos (n=235), valor que constituye la muestra representativa para el estudio, los participantes se distribuyeron en 85 hombres (36,2%) y 150 mujeres (63,8%).

Para el cálculo de la muestra se utilizó un nivel de confianza del 95%, error muestral del 5%, p y q de 50% y se aplicó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N * Z_c^2 * p * q}{(N - 1)e^2 + Z_c^2 * p * q}$$

Los criterios de inclusión y exclusión para la selección fueron los siguientes:

Criterios de inclusión:

- Sujetos que se encuentren legalmente matriculados en la carrera de psicología.
- Estudiantes asistan regularmente a clases durante el periodo académico vigente.
- Estudiantes que deseen participar libre y voluntariamente en el estudio.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que se encuentran en proceso de homologación y aún no han cumplido con todos los requisitos para formar parte de la carrera.
- Estudiantes que se encuentran registrados, pero que se han retirado de la carrera.

Instrumentos

Para la recolección de los datos, se emplearon las siguientes escalas psicológicas:

1) “Escala Multidimensional de perfeccionismo (MPS)”. Adaptada por Reivan et al., (2021) con esta herramienta se evalúa el perfeccionismo a través de 6 dimensiones entre las cuales

se encuentra: “la preocupación por errores, las exigencias personales, expectativas de los padres, crítica de los padres, acción duda y organización”.

Cada pregunta tiene 5 opciones de respuesta a modo escala de Likert en la que 1 significa un nivel mínimo y 5 el grado máximo.

2) “Escala de Bienestar Psicológico de Ryff” (EBPR). Adaptada por Merino, 2019, con este instrumento se evalúa la variable bienestar psicológico mediante seis dimensiones, como son: autoaceptación, dominio del entorno, crecimiento personal, relaciones positivas, autonomía y propósito de vida. Las opciones de respuesta de cada enunciado se presentan a modo escala de Likert con 6 opciones; siendo así que 1 significa totalmente en desacuerdo y 6 totalmente de acuerdo; por lo que se evalúa si los planteamientos que se presentan en el instrumento aplican o no a la realidad del sujeto evaluado.

Estos instrumentos se aplicaron a través de la plataforma Microsoft Forms, de manera anónima, garantizando la confidencialidad de las respuestas de los participantes en todo momento.

Análisis de datos

Para el análisis de los datos recopilados a través de los instrumentos empleados en la muestra de investigación se utilizó el software SPSS en su versión 29.0. En primera instancia se realizaron análisis descriptivos que permitieron conocer las medidas de tendencia central como frecuencias y media para analizar distribución de la muestra en relación al sexo y la edad, además para comprender los niveles alcanzados por los estudiantes en cada dimensión medida en los instrumentos aplicados.

Se empleó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov apropiada para muestras mayores a 50 sujetos, en la que se identificó que la distribución de los datos era no paramétrica; por lo que se prosiguió a aplicar el coeficiente de correlación de Rho de Spearman el cual permitió analizar la correlación de las variables de investigación, luego se utilizó la prueba U de Mann-Whitney para realizar una comparación entre grupos para contrastar las diferencias de los niveles de perfeccionismo y bienestar psicológico entre hombres y mujeres, finalmente se realizaron tablas de contingencia de las dimensiones del bienestar psicológico estudiadas respecto a la edad de los participantes para conocer aquellas que tienen un mayor grado de afectación en los sujetos evaluados.

Aspectos Éticos

El Comité de Ética de la Investigación en Seres Humanos de la Universidad Nacional de Chimborazo (CEISH-UNACH) ubicado en la ciudad de Riobamba, provincia Chimborazo, Ecuador; aprobó el protocolo de investigación con el código 08-4899-AMBP-11-03-2025; notificando que, de acuerdo con lo establecido en la normativa legal vigente, el presente proyecto titulado: Relación del nivel de perfeccionismo en el bienestar psicológico de estudiantes universitarios de la carrera de Psicología, constituye una investigación exenta de evaluación por parte del Comité.

RESULTADOS

Los resultados logrados a partir de la aplicación de los instrumentos de medición seleccionados para evaluar las variables de la temática y la aplicación de las herramientas de procesamiento descritas en la sección anterior, favorecieron el desarrollo de la presente investigación y reflejan los datos asociados al nivel de perfeccionismo que experimentan los estudiantes de la muestra y el grado de bienestar psicológico; dichos registros se presentan en tablas a continuación además de proporcionar una interpretación de dicha información para facilitar su comprensión.

Tabla 1
Datos de la muestra clasificada según sexo y edad

		Edad (años)						Total
		18-20	21-23	24-26	27-29	30-37	38-48	
Sexo	Masculino	32	24	16	8	5	0	85
	$n_m=85$							
	Femenino	57	45	25	15	5	3	150
	$n_f=150$							
Total		89	69	41	23	10	3	235
Porcentaje (%)		37,9	29,4	17,4	9,8	4,2	1,3	100

n_m = número de individuos de sexo masculino; n_f = número de individuos de sexo femenino

En la Tabla 1 se visualiza la distribución de la muestra seleccionada en relación con la variable sexo y edad; está conformada por un total de 235 estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la UTB de los cuales 85 (36,2%) sujetos son de sexo masculino [n_m] y 150 (63,8%) corresponden a participantes de sexo femenino [n_f]; en tal sentido se observa que el reparto del conjunto a investigar no es homogéneo existiendo una mayor prevalencia de mujeres.

En relación a la edad, la mayor parte del grupo representativo se concentra en edades jóvenes con rangos de 18 a 20 años encontrándose 89 sujetos constituyendo el 37,9% del subgrupo muestral, y edades comprendidas entre 21-23 años con 69 personas conformando el 29,4%, también se debe hacer mención del 17,4% de la muestra constituido por 41 individuos de 24-26 años.

Además, es importante resaltar que en una menor proporción se encuentran los participantes de 27-48 años con menos del 10% en cada caso; cabe indicar que el número de mujeres sobresale en todos los grupos de edades, excepto en el grupo de 30-37 años en las que ambos tanto hombres como mujeres contienen 5 participantes, encontrándose una igualdad en la cantidad; sin embargo, no representan el mismo porcentaje en cada subgrupo, debido a la diferencia de casos según el sexo.

Tabla 2*Niveles de perfeccionismo según el sexo de los participantes*

Sexo	Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Masculino	Normal	46	54,1
	Alto	26	30,6
	Muy alto	13	15,3
	Total	85	100
Femenino	Normal	76	50,7
	Alto	32	21,3
	Muy alto	42	28
	Total	150	100

La Tabla 2 refleja los niveles de perfeccionismo presentado en los participantes, clasificado en tres categorías: normal, alto y muy alto, diferenciados según el sexo. Los hombres evaluados ($n_m=85$), el 54,1% es decir 46 sujetos refieren niveles normales; mientras que el 30,6% (26 hombres) dan a conocer que sus acciones tienden a ser más perfeccionistas, un 15,3% conformado por 13 participantes varones expresan su comportamiento con excesiva autoexigencia y minuciosidad lo cual podría afectar otras áreas de vida. Por otro lado, en las mujeres ($n_f=150$), el 50,7% es decir 76 casos presentan un nivel "Normal" de perfeccionismo, mientras que el 28,0% (42 participantes) refieren expresar índices "Muy altos" de esta variable, dicho valor es mayor al del conjunto de mujeres cuyo grado de perfeccionismo es "Alto" siendo este el 21,3% (32 casos). Estos resultados sugieren que la mayoría de los participantes, tanto mujeres como hombres presentan niveles de perfeccionismo dentro del rango normal; aun así, debe mencionarse existe una tendencia en las mujeres a experimentar niveles de perfeccionismo.

Tabla 3*Nivel de bienestar psicológico según el sexo de los participantes*

Sexo	Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Masculino	Bajo	5	5,9
	Moderado	39	45,9
	Alto	26	30,6
	Elevado	15	17,6
	Total	85	100
Femenino	Bajo	3	2
	Moderado	60	40
	Alto	70	46,7
	Elevado	17	11,3
	Total	150	100

La Tabla 3 indica el nivel de bienestar psicológico clasificado según el sexo de los sujetos de la muestra, es así que la mayoría de los hombres poseen un equilibrio cognitivo “Moderado” con un porcentaje de 45,9% correspondiendo a 39 casos, esta categoría representa la percepción de estabilidad emocional y psicológica en la persona; sin embargo, pueden existir momentos en los que experimente insatisfacción o estrés; además, el 30,6% de los participantes es decir 26 individuos manifiestan tener un "Alto" bienestar psicológico, asimismo, el 17,6% (15 sujetos) obtuvieron puntuaciones situadas en el rango “Elevado” y por el contrario, solo el 5,9% (5 hombres) alcanzaron puntuaciones que expresan un nivel bajo.

En el caso de las mujeres, predomina el grado "Alto" respecto al resto de categorías con un 46,7% constituido por 70 participantes, el 40% conformado por 60 casos se ubica en el nivel "Moderado". Los niveles "Elevado" y "Bajo" son los menos frecuentes, representando el 11,3% (17) y 2% (3), respectivamente.

De manera general, se visualiza que las mujeres constituyen el subconjunto que reporta mayor bienestar psicológico, debido a las puntuaciones obtenidas que se sitúan en el nivel alto; en comparación con los hombres cuya predominancia se encuentra en el grado moderado, lo que subraya la existencia de posibles características personales asociadas al género que podrían generar una brecha en relación a la percepción favorable o negativa de las situaciones del contexto, lo cual involucra habilidades de afrontamiento o recursos psicológicos propios.

Tabla 4
Grado de correlación entre la variable perfeccionismo y bienestar psicológico

		Perfeccionismo	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Perfeccionismo	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.0014
		N	235
	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	0,160*
		Sig. (bilateral)	.0014
		N	235

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

La Tabla 4 refleja el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre las variables perfeccionismo y bienestar psicológico equivalente a 0,160 lo que sugiere la existencia de una correlación positiva baja, esto indica que cuando aumentan los comportamientos caracterizados por rasgos perfeccionistas en los estudiantes también existe una leve mejora en su grado de bienestar psicológico; sin embargo, dicha asociación no es muy fuerte. Por otro lado, la significancia estadística ($p=0,014$) refiere que la correlación es significativa en el nivel 0,05 bilateral e indica que no es producto del azar.

Estos resultados expresan que el nivel de perfeccionismo si repercute en el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la UTB, aunque con un pequeño impacto, lo que supone la existencia de otros factores ya sean propios de los educandos o externos que podrían incidir en su estado de salud cognitiva, de esta manera, se puede indicar que los estudiantes experimentan perfeccionismo de tipo funcional.

Tabla 5
Aplicación de la prueba U de Mann-Whitney para comparación del nivel de perfeccionismo entre participantes masculinos y femeninos

Estadísticos de prueba	
	Perfeccionismo
U de Mann-Whitney	5817,000
W de Wilcoxon	9472,000
Z	-1,221
Sig. asin. (bilateral)	0,222

Para lograr una comparativa del nivel de perfeccionismo en relación al sexo de los participantes y conocer si existen desigualdades respecto a dicha variable entre hombres y mujeres se aplicó la prueba U de Mann-Whitney para la comparación de grupos. La Tabla 5 refleja que se obtuvo un p -valor=0,222, valor que refiere la inexistencia de diferencias significativas entre los sujetos de ambos sexos. En tal sentido, esto sugiere que, en la muestra analizada, el sexo no es un factor determinante en la manifestación de esta característica.

Tabla 6
Aplicación de la prueba U de Mann-Whitney para comparación del grado de bienestar psicológico entre participantes masculinos y femeninos

Estadísticos de la prueba	
	Bienestar psicológico
U de Mann-Whitney	5965,000
W de Wilcoxon	9620,000
Z	-,886
Sig. asin. (bilateral)	0,376

En la Tabla 6 se observan los valores obtenidos de la aplicación de la prueba U de Mann-Whitney para la comparación de grupos, analizándose el bienestar psicológico entre hombres y mujeres; sin embargo, no se detectaron diferencias significativas en el grado de manifestación de dicha variable entre sujetos de sexo masculino y femenino, indicando un p valor = 0,376; lo cual implica que los niveles de bienestar psicológico son similares entre ambos grupos y que las medias obtenidas mediante el proceso de examinación de los sujetos de la muestra no son representativas a nivel poblacional, por lo que se establece que el sexo no es un factor determinante en el bienestar

psicológico; sin embargo esto podría señalar la presencia de otras variables que intervienen y tienen un mayor grado de influencia.

Tabla 7
Dimensiones de la variable Bienestar Psicológico

Dimensión	Nivel	Masculino	% en rel. al grupo	Femenino	% en rel. al grupo
Autoaceptación	Bajo	18	21,2	29	19,3
	Medio	51	60	94	62,7
	Alto	16	18,8	27	18
	Total	85	100	150	100
Dominio del entorno	Bajo	10	11,8	24	16
	Medio	53	62,3	95	63,3
	Alto	22	25,9	31	20,7
	Total	85	100	150	100
Relaciones positivas	Bajo	21	24,7	35	23,3
	Medio	51	60	99	66
	Alto	13	15,3	16	10,7
	Total	85	100	150	100
Crecimiento personal	Bajo	7	8,2	6	4
	Medio	53	62,4	105	70
	Alto	25	29,4	39	26
	Total	85	100	150	100
Autonomía	Bajo	10	11,8	17	11,3
	Medio	60	70,6	112	74,7
	Alto	15	17,6	21	14
	Total	85	100	150	100
Propósito en la vida	Bajo	20	23,5	27	18
	Medio	39	45,9	83	55,3
	Alto	26	30,6	40	26,7
	Total	85	100	150	100

La Tabla 7 presenta el nivel de bienestar psicológico referido por los participantes en cada una de las dimensiones que conforman dicha variable, analizado según el sexo de los sujetos evaluados. En este análisis, la dimensión propósito en la vida obtuvo una mayor frecuencia de

casos en la categoría “alto” en ambos sexos, por una parte, los hombres con el 30,6% conformado por 26 sujetos y las mujeres con el 26,7% es decir 40 de ellas; asimismo, en la dimensión crecimiento personal se visualiza un grado de dominio alto con el 29,4% (25) en varones y el 26% (39) en mujeres.

En la mayoría de las dimensiones los sujetos de sexo masculino obtuvieron mayor prevalencia en niveles altos; sin embargo, también se debe tomar en consideración la categoría medio, ya que también indica un estado de bienestar psicológico en cierta medida equilibrado, estrato en el que las mujeres obtienen mayores puntuaciones. Estos resultados indican las aristas de la salud cognitiva que son beneficiadas por las conductas perfeccionistas de los individuos evaluados, conjuntamente con las demás variables influyentes derivando en una mejor proyección a futuro, estableciendo metas claras y otorgándole sentido a la dirección que lleva su vida a la vez que se desarrollan y potencian sus capacidades a través de la experiencia.

Un aspecto a considerar es que la dimensión “relaciones positivas” corresponde a la subescala en la que se reporta un mayor número de casos en los niveles más bajos con el 24,7% conformado por 21 hombres y el 23,3% es decir 35 mujeres; en ambos grupos las cifras son similares, y en dichos casos reflejan las dificultades en las relaciones sociales y los vínculos afectivos de calidad con las demás personas del entorno; ya sean, amigos, colegas o familiares.

En el resto de dimensiones los resultados se distribuyen de manera dispersa en las distintas categorías; sin embargo, predominan los puntajes en el nivel medio, estas subescalas son: autoaceptación, dominio del entorno y autonomía, lo cual indica que los estudiantes cuentan con cualidades propias de estos factores, tales como el reconocimiento de sus fortalezas y debilidades, el dominio efectivo de circunstancias que tienen lugar en su entorno y la toma de decisiones basadas en el criterio propio; no obstante, dichas características pueden ser potenciadas para permitirle un mejor ajuste social y consecuentemente fortalecer su bienestar psicológico.

DISCUSIÓN

El perfeccionismo es una variable entendida como la capacidad que tienen las personas para buscar y pretender alcanzar sus metas siguiendo pasos definidos previamente de manera sólida, generalmente planteados desde la autoexigencia. Por otro lado, el bienestar psicológico es el estado de satisfacción y equilibrio cognitivo que experimenta una persona. El presente estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre el nivel de perfeccionismo y el bienestar psicológico de los estudiantes de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo. A continuación, se discuten los principales hallazgos de la investigación:

Los resultados de este trabajo investigativo indican que existe correlación positiva pero débil entre el nivel de perfeccionismo y el grado de bienestar psicológico en estudiantes universitarios, de modo que a medida que los educandos desarrollan actividades a través de comportamientos perfeccionistas percibirán leves mejorías en su equilibrio cognitivo, este

hallazgo es similar al de Colmenares y Aguilar (2020) quienes concluyen que el perfeccionismo posee un nivel de asociación positivo con el bienestar psicológico. Cabe recalcar que, dicha relación se mantiene en poca medida lo que sugiere la existencia de otras variables intervinientes, tal como lo indica Salazar (2024) quien refiere la existencia de factores como la procrastinación, depresión, estilos de crianza, ansiedad y otras variables.

En lo que respecta a los resultados de perfeccionismo, son las mujeres quienes tienden a presentar un perfil más autocrítico y autoexigente en rangos muy altos; no obstante, al realizar un análisis comparativo de dicha variable desde una perspectiva de género se puede conocer que los hombres también presentan rasgos perfeccionistas aunque en menor proporción; sin embargo, dichas diferencias no son estadísticamente significativas, hallazgos que se encuentran relacionados con estudios previos en los que se concluye que estudiantes universitarias presentan en una pequeña proporción más rasgos perfeccionistas que los hombres; así también refieren que dichas diferencias no son representativas a nivel poblacional para establecer que el sexo es un determinante en el grado de perfeccionismo experimentado (Aragón y Riveros, 2021). Sin embargo, estos mismos resultados se contraponen a los hallazgos de Fernández-García et al., (2023) quienes refieren en sus investigaciones que al realizar una comparativa entre el sexo de personas entre 18-33 años de edad se establece que los hombres presentan niveles de perfeccionismo ligeramente más elevados que las mujeres.

Por otro lado, el bienestar psicológico analizado según el sexo de los participantes, nos indica que, aunque las mujeres tienden a reportar mayor equilibrio emocional y cognitivo, dadas las puntuaciones que se ubican en estratos Altos, a diferencia de los hombres que tienen un mayor porcentaje en niveles Moderados. Estos resultados concuerdan con los presentados por Del Valle et al., (2015), quienes manifiestan que las mujeres presentaron mayores niveles de bienestar psicológico que los hombres en la mayoría de las escalas analizadas, cabe mencionar que en dicho estudio también se aplicó la Escala de Ryff para analizar dicha variable.

De tal forma, son las mujeres quienes logran mayor estabilidad cognitiva; estos resultados son similares a los referidos por investigaciones previas en las que refieren que las mujeres tienden a experimentar una mayor sensación de satisfacción personal, probablemente por el esmero en potenciar sus capacidades y desarrollar nuevas cualidades que les permitan un mejor desenvolvimiento en el contexto social (Massone & Urquijo, 2014). A pesar de ello, cabe indicar que tales diferencias entre varones y mujeres no se conciben como representativas a nivel poblacional. Es necesario analizar el bienestar psicológico por subescalas, para tener una perspectiva más completa y equilibrada, de tal modo que se pueda conocer en qué aspectos sienten una mayor armonía y plenitud tanto hombres, como mujeres y cuáles son aquellos que deben ser potenciados.

Con respecto al análisis de las dimensiones del bienestar psicológico respecto al sexo de los participantes se pudo conocer que se reporta un mayor número de casos en niveles elevados

en “crecimiento personal” y “propósito en la vida” en dichas subescalas los hombres presentan una mayor prevalencia en niveles más elevados, el resto de dimensiones presentan una distribución similar en ambos grupos al considerar las categorías alto y medio, estos resultados se contraponen a los hallazgos de Calzoncin-Calvillo et al., (2020) quienes refieren que en las dos dimensiones mencionadas son las mujeres quienes poseen un mayor dominio de las mismas, hallándose diferencias significativas respecto a los hombres estudiados, esto sugiere la influencia de factores socioculturales como predictor clave del bienestar psicológico en los seres humanos.

En tal sentido, los autores referidos en el apartado anterior exponen la existencia de variables mediadoras en dicha relación, entre las cuales se puede mencionar la concentración para realizar las tareas previstas, otros procesos psicológicos, el tipo de perfeccionismo, entre otras. De esta manera, se descarta la hipótesis planteada, entendiendo que el nivel de perfeccionismo experimentado por un estudiante universitario de la carrera de psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo, no deriva en un menor grado de bienestar psicológico precisamente; sin embargo, dado el indicador de significancia bilateral refiere que otras variables ambientales o intrínsecas que pueden afectar dicha correlación.

CONCLUSIONES

El estudio reveló que tanto el perfeccionismo como el bienestar psicológico se encuentran correlacionados entre sí; sin embargo, a pesar de que dicha asociación es positiva, es mínima; lo que señala la existencia de otras variables que pueden involucrarse e interferir en dicha relación o a su vez presentarse de manera aislada y tener un impacto mayor.

Gran parte de los estudiantes universitarios de los diferentes grados académicos presentan niveles de perfeccionismo normales; sin embargo, las mujeres presentan una ligera tendencia ser más autocríticas y a autoexigirse a sí mismas al desenvolverse en los diferentes contextos con los que interactúan durante el desarrollo de actividades de diversa índole, debido a una mayor presencia de casos en categorías más elevadas.

Los niveles de bienestar psicológico referidos por los participantes de la muestra se sitúan con mayor frecuencia en estratos moderados y altos; en líneas generales, también se observa una leve inclinación en el subgrupo de las mujeres a presentar una percepción de mayor estabilidad emocional y mental. Es importante aclarar que, aunque se haya sostenido que las mujeres tienden a experimentar mayores niveles de perfeccionismo y bienestar psicológico, las variaciones observadas no son representativas a nivel poblacional.

Finalmente, los estudiantes universitarios afrontan situaciones y cumplen sus metas empleando la autoexigencia y siendo autoevaluativos tanto hombres como mujeres, lo cual deriva en el nivel de bienestar psicológico moderado alto, favoreciendo su propósito de vida y crecimiento personal, dado el nivel de perfeccionismo que oscila en rangos funcionales, una

situación de gran relevancia, puesto que sugiere la existencia de una mayor satisfacción de autodesarrollo y logro de objetivos, sustentado en comportamiento más relajados y conformistas.

REFERENCIAS

- Aguilar, L. (2020). *Perfeccionismo y vida académica un estudio correlacional en estudiantes de psicología*. Revista Iberoamericana de Psicología, 13(12), 87-98. Obtenido de <https://reviberopsicologia.iberro.edu.co/article/view/1794>
- Alva, S. (2021). *Relación entre perfeccionismo y bienestar psicológico en niños y adolescentes*. [Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, Universidad de Lima]. Repositorio Institucional de la Universidad de Lima. https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13171/Alva_Inga.pdf
- Aparicio, P., Ortega, V., Fernández, A. y García, J. (2019). *Diferencias de perfeccionismo en función del grado de rechazo escolar por evitar la afectividad negativa que provocan los estímulos escolares*. INFAD Revista de Psicología, 421-430. Obtenido de <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1712>
- Aragón, A. y Riveros, A. (2021). *Perfeccionismo desadaptativo, desempeño académico y malestar emocional en estudiantes de la Facultad de Contaduría y Administración de la UNAM*. Área de investigación: Educación en ciencias administrativas, 25 Congreso Internacional de Ciencias Administrativas 1-25. Obtenido de <https://investigacion.fca.unam.mx/docs/memorias/2021/6.04.pdf>
- Barrera, C., Cabezas, F. y Cabrera, R. (2018). *Introducción a la vida universitaria*. Tutores Exactas. Universidad Nacional de Tucumán, 1-17. Obtenido de <https://www.facet.unt.edu.ar/ingbiomedica/wp-content/uploads/sites/46/2018/03/VidaUniversitaria-Modulos-1-y-2.pdf>
- Calzoncin-Calvillo, L., García-Campos, T. y Correa-Romero, F. (2021). *Estudio comparativo de las dimensiones de bienestar psicológico mediante la escala de Ryff*. Revista Nova Scientia 13(2), 1-35. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8954516.pdf>
- Canchari, Y. (2019). *Bienestar psicológico, una revisión teórica del concepto*. [Trabajo de Investigación para obtener el grado académico de Bachiller en Psicología, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional de la Universidad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6641/Canchari%20Flores%2c%20Yanet.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Chemisquy, S. (2017). *Revisión teórica sobre el perfil cognitivo del perfeccionismo desadaptativo*. Revista de Investigación Apuntes Universitarios, 16-40. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6775611.pdf>
- Colmenares, D. y Aguilar, L. (2020). *Perfeccionismo, bienestar psicológico y disposición a fluir en enfermeras*. Revista Interamericana de Psicología, 54(2), 1-27. Obtenido de <https://journal.sipsych.org/index.php/IJP/article/view/1016/1024>

- De Rosa, L. (2012). *Factores mantenedores del perfeccionismo desadaptativo*. IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII, 38-42. Obtenido de <https://www.aacademica.org/000-072/210.pdf>
- Del Valle, M., Hormaechea, F. y Urquijo, S. (2015). *El Bienestar Psicológico: Diferencias según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con población general*. Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento, 7(3), 6-13. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5285003.pdf>
- Espinosa, J., Hernández, J., Rodríguez, J., Chacín, M. y Bermúdez, V. (2020). *Influencia del estrés sobre el rendimiento académico*. Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y Terapéutica, 39(1), 63-69. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/559/55969798011/html/>
- Fernández-García, O., Gil-Llario, M., Castro-Calvo, J., Morell-Mengual, V., Ballester-Arnal, R. y Estruch-García, V. (2023). *Academic Perfectionism, Psychological Well-Being, and Suicidal Ideation in College Students*. Int. J. Environ. Res. Public Health, 20(85), 1-13. Obtenido de <https://www.mdpi.com/1660-4601/20/1/85/pdf?version=1671688665>
- Frost, R., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). *The dimensions of perfectionism*. Cogn Ther Res, 14, 449-468. Obtenido de https://www.academia.edu/80712948/The_dimensions_of_perfectionism
- González Urbina, A., Gómez-Arízaga M.P. y Conejeros-Solar M.L. (2017). *Caracterización del Perfeccionismo en Estudiantes con Alta Capacidad: Un Estudio de casos exploratorio*. Revista de Psicología, 35(2), 581-616. Obtenido de <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/18796/19017>
- Huaire, E., Marquina, R. y Horna, V. (2019). *Autoconcepto y adaptación a la vida académica en estudiantes ingresantes universitarios*. Horizonte de la Ciencia, 9(17), 1-13. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7762066.pdf>
- Massone, A. y Urquijo, S. (2014). *Bienestar psicológico en estudiantes de la Universidad Nacional Mar Del Plata, Argentina, según la edad y el género*. Salud & Sociedad, 5(3), 274-280. Obtenido de <https://www.aacademica.org/sebastian.urquijo/65.pdf>
- Merino Zevallos, F.J. (2019). *Adaptación lingüística y baremación de la escala de bienestar psicológico de Ryff al contexto de la población ecuatoriana*. [Proyecto de Investigación previo a la obtención del título de Psicólogo Clínico, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Institucional de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <https://repositorio.puce.edu.ec/items/bfed4f58-7335-449b-ae53-1aa63c256837>
- Reivan, G., Campoverde, X., Yanza, R., Ramírez, A. y Martínez, P. (2021). *Adaptación y validación para el contexto ecuatoriano de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo (MPS)*. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 40(4), 365-376. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/559/55971452006/html/>

- Ryff, C. (1989). *Happiness is everything, or is it? explorations on the meaning of psychological*. Journal of Personality & Social Psychology, 57(6), 1069-1081. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/record/1990-12288-001>
- Salazar, G. (2024). *Perfeccionismo en el estudiante universitario: factores asociados y consecuencias*. [Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/15945/Perfeccionismo_SalazarGrau_Giselle.pdf?sequence=1&isAllowed=y