

# PERFECCIONISMO Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN ADULTOS VENEZOLANOS

LEONARDO ANDRÉS AGUILAR DURÁN

<https://orcid.org/0000-0001-9516-0557>

Universidad Central de Venezuela. Caracas, Venezuela

Correo electrónico: psileonardo@gmail.com

Recibido: 12 de julio del 2023 / Aceptado: 23 de octubre del 2023

doi: [https://doi.org/10.26439/persona2023.n26\(2\).6517](https://doi.org/10.26439/persona2023.n26(2).6517)

**RESUMEN.** Este trabajo estudió el poder predictivo del perfeccionismo (desde el enfoque de Frost et al., 1990) y de algunas variables demográficas sobre los distintos estilos de afrontamiento (según el modelo descrito por Roger et al., 1993) en adultos de Venezuela. El diseño fue predictivo transversal. Participaron 510 venezolanos, 79.2 % mujeres y 20.8 % hombres, con edad promedio de 42.76 años (+/- 12.73), mayormente residentes del interior del país (72.2 %), con educación universitaria (70.6 %) y trabajo remunerado (75.7 %). Los instrumentos utilizados fueron versiones adaptadas del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento y la Escala Multidimensional de Perfeccionismo. El afrontamiento racional (el más usado por los participantes) fue predicho por las exigencias personales, la organización, las expectativas paternas, un bajo nivel de miedo a los errores y ser del sexo masculino; mientras que al afrontamiento emocional (el menos usado) lo predijeron el miedo a los errores, una menor edad y un bajo nivel de instrucción. Las predicciones sobre el afrontamiento por desapego y por evitación fueron débiles. Ciertas relaciones (por ejemplo, en las que participan las exigencias personales) podrían estar moduladas por terceras variables. En conclusión, los resultados aquí encontrados apoyan la apreciación del estilo racional de afrontamiento como fundamentalmente adaptativo y del estilo emocional como desadaptativo, diferenciación en la que está implicado el perfeccionismo como rasgo de personalidad.

Palabras clave: perfeccionismo / estrés / estilos de afrontamiento / venezolanos

## PERFECTIONISM AND COPING WITH STRESS IN VENEZUELAN ADULTS

**ABSTRACT.** This research studied the predictive power of perfectionism (from the perspective of Frost et al., 1990) and some demographic variables on the different stress coping styles (according to the model described by Roger et al., 1993) in adults from Venezuela. The design was cross-sectional predictive. Participants were 510 Venezuelans, 79.2 % women and 20.8 % men, with an average age of 42.76 years (+/- 12.73), mostly residents of the interior of the country (72.2 %), with university education (70.6 %), and paid work (75.7 %). The instruments used were adapted versions of the Multidimensional Perfectionism Scale and the Coping Style Questionnaire. Rational coping (the most used by the participants) was predicted by personal standards, organization, parental expectations, low levels of fear of mistakes, and being male. Emotional coping (the least used) was predicted by fear of mistakes, a younger age, and lower levels of education. Predictions for detached and avoidance coping were weak. Certain relationships (e. g. in which personal standards are involved) could be modulated by third variables. In conclusion, the results found support the appreciation of the rational coping style as fundamentally adaptive and the emotional style as maladaptive, a differentiation in which perfectionism as a personality trait is involved.

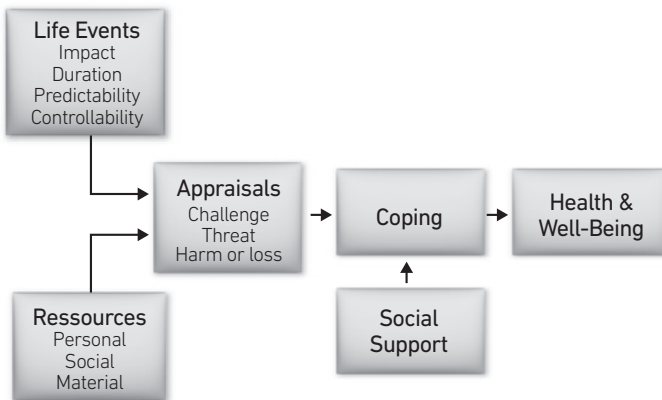
Keywords: perfectionism / stress / coping styles / Venezuelans

## INTRODUCCIÓN

Debido a la afectación al bienestar de los seres humanos que el estrés representa, su estudio sigue siendo de gran interés (Galán & Camacho, 2012). Por ejemplo, una investigación reciente en Venezuela (Socorro et al., 2023) reveló que los problemas económicos son los que mayor estrés generan en la población, seguidos de lejos por los de salud. Ahora bien, tal como se puede apreciar en la Figura 1, el impacto de las fuentes de estrés sobre el bienestar no es directo, sino que está mediado por las estrategias que las personas utilizan para hacerle frente, las cuales determinan si el estrés se incrementa y se pone en riesgo la salud, o si, por el contrario, se reduce el estrés y se mantiene la homeostasis del individuo.

**Figura 1**

*Modelo procesual de la relación estrés-salud, basado en la teoría transaccional del estrés*



*Nota.* De "Stressful life events", por R. Schwarzer y A. Luszczynska, 2013, *Handbook of psychology: Health psychology*, p. 31 (<https://doi.org/j7z5>). Derechos de autor 2013 por John Wiley and Sons, Inc.

A la respuesta que intenta evitar los efectos dañinos de las situaciones de estrés se le denomina afrontamiento (Fernández-Abascal & Fernández-Castro, 2002). Más concretamente, el afrontamiento se define como el conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales desarrollados para manejar las demandas externas e internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los propios recursos (Lazarus & Folkman, 1986). Cuando se habla de estilos de afrontamiento, se hace referencia a predisposiciones personales, más o menos estables temporal y situacionalmente, para enfrentar los eventos estresantes (Fernández-Abascal, 1997; Martín et al., 2000).

Roger et al. (1993) identificaron cuatro estilos característicos de afrontamiento ante las situaciones adversas que tienen una influencia importante en la relación estrés/

salud. Guarino et al. (2007, pp. 179-180) los describen en los siguientes términos: (1) afrontamiento racional (RAC), referido a “comportamientos orientados a solucionar el problema... y a reevaluarlo cognitivamente”; (2) afrontamiento emocional (EMO), que implica “reacciones emocionales negativas, de rabia o tristeza”; (3) afrontamiento evitativo (EVI), que es una tendencia a “mantenerse sin emitir conductas para atender el problema y esperar a que este se resuelva por sí solo”; y (4) afrontamiento por desapego emocional (DES), una dimensión original de este modelo caracterizada por “sentimientos e ideas de desvinculación con la situación”.

Aunque ninguna estrategia de afrontamiento debe ser catalogada *a priori* como buena o mala (Fernández-Abascal & Fernández-Castro, 2002), el afrontamiento racional y por desapego se consideran estilos adaptativos, ya que suelen actuar como una barrera protectora ante el estrés y se relacionan con mayor bienestar; mientras que el afrontamiento emocional y la evitación se clasifican como estilos desadaptativos, pues acentúan los efectos negativos del estrés y se asocian con la presencia de malestar físico y psicológico, trastornos afectivos, comportamientos disfuncionales y, en general, están asociados al deterioro de la salud (Guarino et al., 2007).

Un atributo cuyo vínculo con las estrategias de afrontamiento desadaptativas se ha visibilizado es el perfeccionismo (Bahramnejad et al., 2015; Dunkley et al., 2003; Flynn, 1996; González & Borges, 2023; Houkes et al., 2008; Reiser, 2016; Riendeau, 2014; Sirois & Molnar, 2014; Wei et al., 2006), un rasgo de la personalidad que se caracteriza por el establecimiento de altos estándares y la preocupación por el desempeño (Rozental et al., 2022). Durante mucho tiempo, el perfeccionismo se conceptualizó como un rasgo unidimensional y negativo, pero desde la década de 1990 el estudio de este constructo ha develado su carácter multidimensional y ha puesto de manifiesto sus consecuencias desadaptativas y adaptativas (Stoeber et al., 2020).

Existen amplias divergencias en la medición del perfeccionismo. De acuerdo con el modelo de Frost et al. (1990), en su versión validada en Venezuela (Aguilar, 2022), el perfeccionismo se puede evaluar a través de cuatro factores: (1) miedo a los errores (ME), es decir, la tendencia a preocuparse obsesivamente por los errores, a verificar repetidamente el trabajo realizado y a creer que lo hecho no es lo suficientemente bueno; (2) organización (O) y preferencia por la limpieza; (3) expectativas paternas (EPt), entendidas como la percepción de que los padres demandan un desempeño perfecto; y (4) exigencias personales (EP), o la tendencia a perseguir un alto nivel de rendimiento.

Los escasos estudios que han abordado la relación entre los esfuerzos de afrontamiento y el modelo de perfeccionismo propuesto por Frost et al. (1990) han obtenido resultados discordantes. En la investigación de Ahmed et al. (2021), con estudiantes y profesionales de psicología clínica pakistaníes, todas las dimensiones del perfeccionismo resultaron asociadas con estrategias disfuncionales de afrontamiento. Ante estos

hallazgos, se ha sugerido que las personas con niveles excesivos de perfeccionismo utilizan estilos de afrontamiento desadaptativos para lidiar con circunstancias estresantes, con lo cual el impacto de los estresores puede magnificarse (Hewitt & Flett, 2002).

En cambio, en el estudio de Mofield (2008) con niños superdotados de Estados Unidos, las dimensiones del perfeccionismo consideradas saludables (EP y O) predijeron el afrontamiento activo (aquel que moviliza esfuerzos para dar solución a la situación), mientras que las demás dimensiones predijeron el afrontamiento de evitación. De forma análoga, en el trabajo de Zorroza et al. (1998) con estudiantes universitarios españoles, la organización correlacionó con la solución de problemas, mientras que dimensiones del perfeccionismo tenidas por no saludables correlacionaron positivamente con la evitación y negativamente con la búsqueda de apoyo social. En estos casos, los hallazgos respaldan la idea de que dimensiones positivas del perfeccionismo, como la organización, permiten manejar las situaciones estresantes de una manera razonable y constructiva (ver Sin et al., 2021). Por el contrario, características asociadas al perfeccionismo desadaptativo, como las reacciones negativas a los errores y la percepción de estar expuesto a altos estándares interpersonales, pueden repercutir de manera negativa en la capacidad de hacer frente al estrés (Flett et al., 1996; Frost et al., 1995).

Por su parte, investigando con adolescentes neerlandeses, de Jonge-Heesen et al. (2021) encontraron que los estándares personales se asociaban con estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas, mientras que la preocupación por los errores y las dudas sobre las acciones lo hacían solo con estrategias desadaptativas. Así mismo, en el estudio de Mofield et al. (2016) con estudiantes de secundaria estadounidense, además de encontrarse relaciones esperadas, las exigencias personales también se relacionaron con síntomas internalizantes (preocuparse, llorar o enfadarse) como forma de afrontar los acontecimientos estresantes; igualmente, la preocupación por los errores se asoció con estrategias de resolución de problemas. Estos datos sugieren que ciertos componentes del perfeccionismo podrían estar involucrados tanto en formas de afrontamiento adaptativas como desadaptativas (Hewitt & Flett, 2002).

Aunque menos establecido que otros modelos para el estudio del afrontamiento (por ejemplo, Carver et al., 1989), el de Roger et al. (1993) ha sido ampliamente investigado en diferentes muestras venezolanas: trabajadores (Arreaza & Colangelo, 2015; Fortuny & Mesa, 2018; Moreno & Peña, 2013; Piñango, 2018; Suárez, 2014), desempleados (Sojo & Guarino, 2011), estudiantes universitarios (Bezic & Manzano, 2011; Borges, 2011; González & Sante, 2018; Méndez, 2008; Palacios, 2012), docentes (Abadi & Bruzual, 2009; Lousinha & Guarino, 2010, 2013; Siblesz & Von der Heyde, 2013), profesionales de la salud (Bethelmy & Guarino, 2008a, 2008b; Rebolledo & Serrano, 2018; Torres & Guarino, 2013), padres y cuidadores (Aldana & Guarino, 2012; Arias & Romano, 2016; Delgado & Matas, 2011; Hernández et al., 2020), pacientes con patologías diversas (Albay & Harting, 2016; Fabiano & Sacks 2013), cadetes (Herrera & Guarino, 2008) y funcionarios policiales

(Rondón, 2012), adolescentes (Capriles & Jreige, 2008; Gouveia, 2017) y deportistas (Carreño, 2014). Sin embargo, no se encontraron estudios que examinaran la asociación perfeccionismo-afrontamiento en Venezuela. Además, la investigación foránea sobre el tema no ha evaluado el afrontamiento con el modelo de Roger et al. (1993). Por lo tanto, habida cuenta de estas limitaciones, el objetivo de este trabajo fue determinar el poder predictivo del perfeccionismo (desde el enfoque de Frost et al., 1990) y de algunas variables demográficas (sexo, edad y nivel de instrucción) sobre los distintos estilos de afrontamiento (estudiados por Roger et al., 1993) en adultos venezolanos.

## MÉTODO

### Diseño de investigación

Se desarrolló un estudio predictivo transversal, el cual permite evaluar si un conjunto de variables predictoras (el perfeccionismo y las variables demográficas) establece relación funcional predictiva con una variable criterio (los distintos tipos de afrontamiento) en un momento determinado (Ato et al., 2013). Asimismo, se trata de un estudio de alcance explicativo (Hernández et al., 2014), por cuanto la predicción implica una explicación de cierta proporción de varianza de la variable criterio.

### Participantes

La muestra incluyó 510 venezolanos, 79.2 % mujeres y 20.8 % hombres, con edades comprendidas entre 18 y 81 años, pero con una edad promedio de 42.76 años [30.03, 55.49] que por convención los ubicaría como personas entre la adultez temprana y la edad madura (Craig & Baucum, 2009). La mayoría de los participantes (72.2 %) residía en el interior del país, el otro 27.8 % lo hacía en la región capital (conformada por el Distrito Capital y los estados Miranda y La Guaira). Con respecto al nivel de instrucción, 49.4 % eran graduados universitarios de pregrado, 21.2 % tenían postgrado, 28 % habían avanzado hasta el bachillerato y 1.4 % solo habían completado la educación primaria. El 75.7 % de los encuestados se encontraba empleado, mientras que 24.3 % no tenía un trabajo remunerado. Específicamente, se reportaron las siguientes categorías ocupacionales: trabajadores del sector público (32.5 %), trabajadores del sector privado (10.8 %), trabajadores por cuenta propia (23.1 %), ayudantes familiares o dedicados al servicio doméstico (5.9 %), pensionados o jubilados (10.4 %), estudiantes (4.7 %), personas con más de una ocupación (5.5 %) y personas sin ocupación (6.5 %). Solo una persona (0.2 %) se identificó como miembro de una cooperativa y apenas dos (0.4 %) como patronos o empleadores.

El tipo de muestreo utilizado fue no probabilístico, específicamente fue una muestra de participantes voluntarios, es decir, conformada por individuos que deliberadamente accedieron a participar en el estudio (Hernández et al., 2014).

## Instrumentos

*Escala Multidimensional de Perfeccionismo [Multidimensional Perfectionism Scale, MPS] (Frost et al., 1990; validación local preliminar por Aguilar, 2022)*

Instrumento de medida del perfeccionismo conformado por 27 ítems que se contestan en una escala Likert entre 1 (*en total desacuerdo*) y 5 puntos (*completamente de acuerdo*). Un análisis factorial exploratorio de máxima verosimilitud y rotación Promax explicó 63.10 % de la varianza en cuatro factores (evidencias de validez basada en la estructura interna): miedo a los errores (ME, 12 ítems, var. explicada = 33.89 %,  $\alpha = .93$ , por ejemplo “Si no hago las cosas tan bien como los demás, quiere decir que soy una persona inferior”), organización (O, 6 ítems, var. explicada = 17.20 %,  $\alpha = .93$ , por ejemplo “Soy una persona organizada”), expectativas paternas (EPt, 5 ítems, var. explicada = 6.90 %,  $\alpha = .84$ , por ejemplo “Mis padres querían que yo fuera el mejor en todo”) y exigencias personales (EP, 4 ítems, var. explicada = 5.11 %,  $\alpha = .80$ , por ejemplo “Me pongo metas más altas que la mayoría de la gente”). Las relaciones positivas del ME, las EPt y las EP con el deterioro de la salud mental ( $r = .63$ ,  $r = .31$  y  $r = .22$ , respectivamente), y la asociación negativa entre este y la O ( $r = -.26$ ,  $p < .01$ ), pueden considerarse evidencias de validez concurrente de la escala. Todas las características y los valores psicométricos reportados corresponden a la versión validada para el contexto venezolano de la MPS (Aguilar, 2022).

*Cuestionario de Estilos de Afrontamiento [Coping Style Questionnaire, CSQ] (Roger et al., 1993; versión hispana de Guarino et al., 2007)*

Es un instrumento para la medición del afrontamiento del estrés, constituido por 40 ítems para ser respondidos en una escala de cuatro puntos (*nunca, algunas veces, frecuentemente y siempre*). Un análisis factorial de componentes principales explicó el 36.19 % de varianza en una solución de cuatro factores: afrontamiento emocional (EMO, 11 ítems, var. explicada = 14.60 %,  $\alpha = .78$ , por ejemplo “Siento que estoy solo o aislado”), afrontamiento racional (RAC, 11 ítems, var. explicada = 9.38 %,  $\alpha = .78$ , por ejemplo “Tomo acciones para cambiar las cosas”), afrontamiento por desapego emocional (DES, 13 ítems, var. explicada = 6.96 %,  $\alpha = .73$ , por ejemplo “Pretendo que nada pasa, aunque la gente pregunte”) y afrontamiento evitativo (EVI, 5 ítems, var. explicada = 5.25 %,  $\alpha = .65$ , por ejemplo “Me mantengo pensando en lo ocurrido con la esperanza de que pasará”). Los estilos de afrontamiento evaluados correlacionaron, en la dirección y fuerza esperadas, con distintas dimensiones de la personalidad, mostrando evidencias concurrentes de validez. Específicamente, EMO correlacionó de forma positiva con el malestar personal ( $r = .45$ ,  $p < .01$ ) y la sensibilidad egocéntrica negativa ( $r = .71$ ,  $p < .01$ ), pero mantuvo una correlación inversa con el manejo emocional ( $r = -.39$ ,  $p < .01$ ). Por otro lado, RAC correlacionó positivamente con el manejo emocional ( $r = .52$ ,  $p < .01$ ), e inversamente con el malestar personal ( $r = -.31$ ,  $p < .01$ ) y la sensibilidad egocéntrica negativa ( $r = -.31$ ,  $p < .01$ ). Asimismo, DES correlacionó positivamente con el manejo emocional ( $r = .15$ ,  $p < .05$ ).

y el distanciamiento emocional ( $r = .14, p < .05$ ), y de forma negativa con el malestar personal ( $r = -.19, p < .01$ ). Por último, EVI correlacionó de forma positiva con la sensibilidad egocéntrica negativa ( $r = -.30, p < .01$ ). Todas las características y propiedades psicométricas informadas corresponden a la adaptación al español y validación en venezolanos del CSQ (Guarino et al., 2007).

### **Procedimiento**

Los participantes fueron reclutados a través de las redes sociales del investigador y de distintos colaboradores. Asimismo, se solicitaba a quienes habían respondido los cuestionarios que compartieran con otras personas la invitación a participar en el estudio. Los instrumentos se administraron en línea (mediante Google Forms) bajo consentimiento informado, el cual hacía énfasis en el objetivo de la investigación, el carácter voluntario de la participación, el tratamiento de los datos recolectados con arreglo a estándares de confidencialidad, la salvaguarda del anonimato del participante, así como en su facultad de cerrar el enlace en cualquier momento. Solo quienes daban su consentimiento y afirmaban ser venezolanos mayores de edad podían continuar la encuesta. Todo lo anterior se hizo de conformidad con los principios del *Código de ética del ejercicio del psicólogo de Venezuela* (FPV, 1981).

### **Análisis de datos**

El análisis estadístico se llevó a cabo con el programa SPSS/PC versión 22. Se comenzó obteniendo la distribución de frecuencias y la estadística descriptiva para cada variable (no presentadas por razones de espacio). Para determinar los puntos de corte en los distintos niveles, se calculó la amplitud del rango potencial de las variables: (máx. – mín.) + 1, este valor se dividió entre el número de clases o niveles (cinco en este caso) y, por último, el número de unidades obtenido se distribuyó lo más equitativamente posible entre las categorías. Como evidencia de consistencia interna de las medidas, se obtuvieron los coeficientes alfa de Cronbach. Para evaluar la asociación entre variables, se calcularon correlaciones de Pearson.

Seguidamente, se realizó un análisis de regresión múltiple, una técnica utilizada para analizar la relación entre una variable criterio (en este caso, el afrontamiento) y varias variables predictoras (Tabachnick & Fidell, 2019). Se escogió el método “por pasos”, con el cual se selecciona primero de forma automatizada la variable predictora que presenta la correlación significativa más elevada con el criterio, en un proceso que continúa hasta que la incorporación de variables no implica una mejora significativa en la predicción (Aron & Aron, 2001). Como estimador del tamaño del efecto se utilizó el estadístico  $f^2$ . Se comprobaron los supuestos necesarios para asegurar la pertinencia de los modelos especificados, a saber: (a) linealidad de las relaciones entre las variables



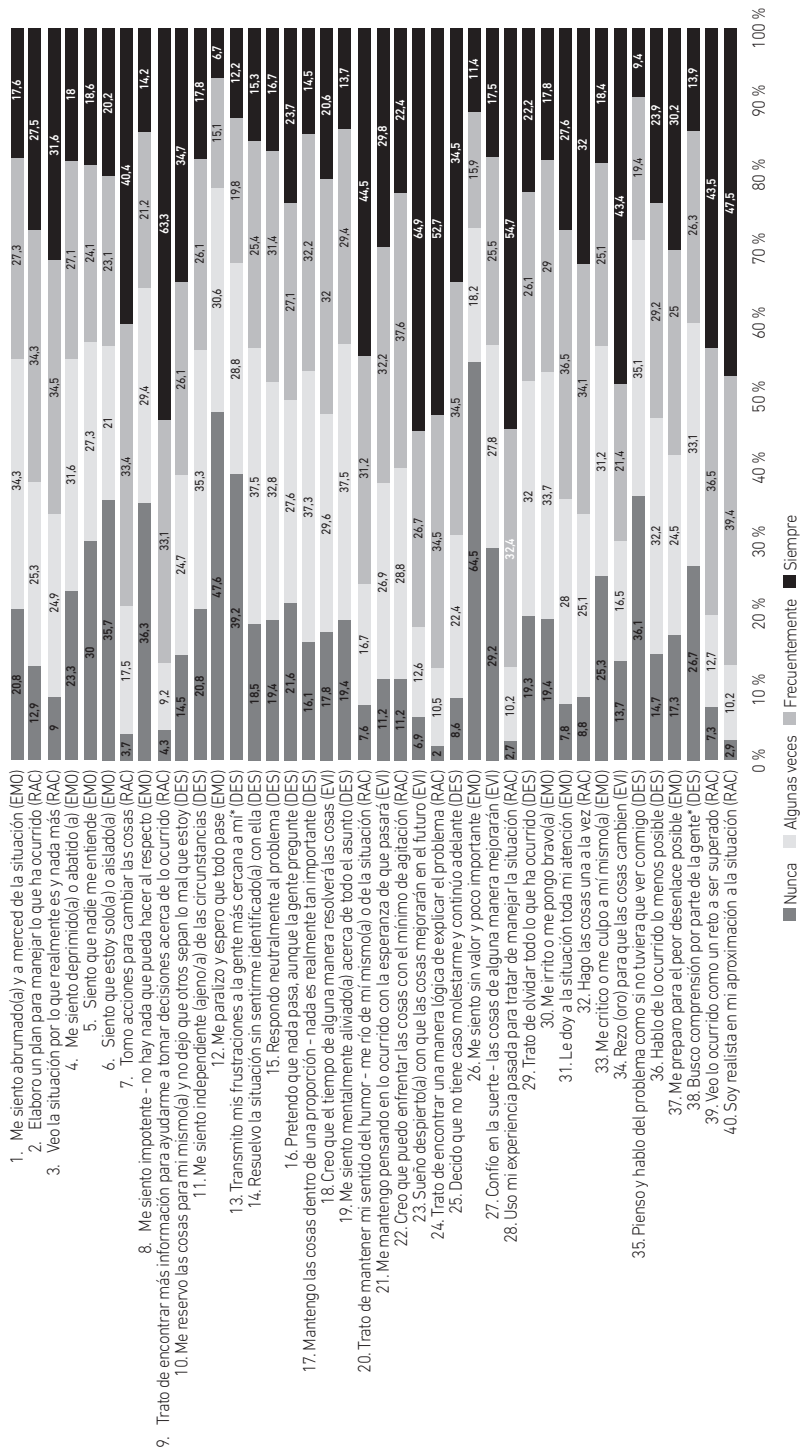
incluidas; (b) ausencia de multicolinealidad, tal como lo denotaron correlaciones no muy elevadas entre los predictores ( $< .60$ ), índices de tolerancia adecuados (cerca de 1), factores de inflación de la varianza satisfactorios ( $< 10$ ) e índices de condición dentro de los límites aceptables ( $< 20$ ); (c) homocedasticidad o igualdad de las varianzas error; (d) errores no correlacionados y, por tanto, independientes según el estadístico Durbin-Watson (1.96 - 2.18); y (e) distribución normal de las variables evaluada gráficamente (con puntos alineados sobre la diagonal del diagrama P-P) y mediante el examen conjunto de los valores de asimetría y curtosis (Kim, 2013).

## RESULTADOS

Las variables con niveles moderados bajos fueron miedo a los errores ( $M = 26.68$ ,  $DE = 12.03$ ) y afrontamiento emocional ( $M = 25.57$ ,  $DE = 7.76$ ). Obtuvieron niveles moderados expectativas paternas ( $M = 14.24$ ,  $DE = 5.31$ ), exigencias personales ( $M = 11.70$ ,  $DE = 4.16$ ), afrontamiento por desapego ( $M = 33.21$ ,  $DE = 6.14$ ) y afrontamiento evitativo ( $M = 14.02$ ,  $DE = 3.26$ ). Las variables organización ( $M = 23.53$ ,  $DE = 5.06$ ) y afrontamiento racional ( $M = 34.14$ ,  $DE = 5.51$ ) alcanzaron niveles moderados altos. Con relación a los esfuerzos de afrontamiento (ver Figura 2), los ítems con medias más altas en el CSQ pertenecen en su mayoría al afrontamiento racional ( $M = 3.13 - 3.39$ ). También destacaron los ítems 34 "Rezo u oro para que las cosas cambien" ( $M = 3.05$ ) y 23 "Sueño despierto(a) con que las cosas mejorarán en el futuro" ( $M = 3.31$ ), ambos representativos del afrontamiento por evitación.

**Figura 2**

*Gráfico de barras para la comparación de las formas de reaccionar ante situaciones estresantes*



Nota. N = 510. EMO = Afrontamiento emocional, RAC = Afrontamiento racional, DES = Afrontamiento por desapego, EVI = Afrontamiento evitativo. \* Los ítems con asterisco son de correlación inversa, es decir, para ellos la respuesta "siempre" es indicativa de un menor nivel de afrontamiento en la dimensión señalada, mientras que la respuesta "nunca" implica un mayor nivel de afrontamiento.

En la Tabla 1 se presenta la matriz de correlaciones entre variables predictoras y criterios. Las principales relaciones significativas revelan que: (a) los participantes con mayor nivel de miedo a errores informaron mayor afrontamiento emocional y evitativo, pero menor afrontamiento racional; (b) quienes reportaron mayor organización tuvieron menor afrontamiento emocional, pero mayor afrontamiento racional, por desapego y evitativo; (c) los individuos sobre los que recayeron más expectativas paternas mostraron mayor afrontamiento emocional y racional; y (d) los sujetos con mayores exigencias personales evidenciaron mayor afrontamiento emocional, racional y por desapego.

En lo que respecta a las relaciones que involucran variables demográficas, se tiene que: (a) ser hombre se asoció con tener un mayor afrontamiento racional y con mayores exigencias personales, mientras que ser mujer se asoció con tener un mayor afrontamiento evitativo; (b) las personas de mayor edad reportaron mayor organización y afrontamiento racional, pero menores niveles de afrontamiento emocional, exigencias personales, expectativas paternas y miedo a errores; y (c) a mayor nivel educativo, se presentó menos afrontamiento desadaptativo y menor nivel de miedo a errores.

Las dimensiones del perfeccionismo se intercorrelacionaron positivamente, a excepción del miedo a errores con la organización. A su vez, las dimensiones del afrontamiento presentaron intercorrelaciones positivas, con excepción de la relación negativa entre el afrontamiento emocional y el racional, y la relación nula entre el afrontamiento por desapego y el emocional. Finalmente, y como es obvio, el nivel de instrucción tendió a aumentar con la edad.

**Tabla 1**

*Coefficientes de correlación entre predictores y criterios*

|                | 1      | 2      | 3      | 4      | 5     | 6     | 7     | 8      | 9     | 10    | 11  |
|----------------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-----|
| 1. Sexo        | —      |        |        |        |       |       |       |        |       |       |     |
| 2. Edad        | ns     | —      |        |        |       |       |       |        |       |       |     |
| 3. Instrucción | ns     | .24**  | —      |        |       |       |       |        |       |       |     |
| 4. ME          | ns     | -.36** | -.14** | .92    |       |       |       |        |       |       |     |
| 5. O           | ns     | .16**  | ns     | ns     | .90   |       |       |        |       |       |     |
| 6. EPt         | ns     | -.18** | ns     | .53**  | .11*  | .82   |       |        |       |       |     |
| 7. EP          | -.10*  | -.17** | ns     | .56**  | .22** | .58** | .79   |        |       |       |     |
| 8. EMO         | ns     | -.35** | -.19** | .63**  | -.11* | .29** | .24** | .88    |       |       |     |
| 9. RAC         | -.12** | .12**  | ns     | -.17** | .29** | .10*  | .17** | -.28** | .79   |       |     |
| 10. DES        | ns     | ns     | ns     | ns     | .14** | ns    | .13** | ns     | .46** | .71   |     |
| 11. EVI        | .11*   | ns     | -.13** | .12**  | .15** | ns    | ns    | .25**  | .22** | .32** | .64 |

Nota. N = 510. ME = Miedo a errores, O = Organización, EPt = Expectativas paternas, EP = Exigencias personales; EMO = Afrontamiento emocional, RAC = Afrontamiento racional, DES = Afrontamiento por desapego, EVI = Afrontamiento evitativo. Sexo: hombre (0), mujer (1); nivel de instrucción: educación primaria completa (0), educación media (1), educación universitaria sin postgrado (2), educación universitaria con postgrado (3). Los valores del alfa de Cronbach se muestran en la diagonal. \*p < .05. \*\*p < .01.

La Tabla 1 también permite apreciar los valores del alfa de Cronbach. La MPS mostró una buena consistencia interna ( $\alpha = .79$  a  $.92$ ), con índices ligeramente inferiores a los encontrados por Aguilar (2022) en una muestra de la población general ( $n = 693$ ). Respecto al CSQ, los valores alfa más altos los presentaron EMO y RAC. Similar a como se reporta en la literatura (Guarino et al., 2007; Rebolledo & Serrano, 2018; Siblesz & Von der Heyde, 2013), solo EVI tuvo un coeficiente menor que  $.70$ , algo atribuible al bajo número de ítems de esta subescala y a que la misma abarca estrategias de diversa índole (por ejemplo, rendirse ante una dificultad, procrastinar, evitación de pensamientos) que quizás tengan por factor común una sensación generalizada de impotencia o desesperanza (Flett et al., 1996).

**Tabla 2**

*Coefficientes de regresión y significancias para estilos de afrontamiento*

|                                     | $\beta$ | R <sup>2</sup> | F        |
|-------------------------------------|---------|----------------|----------|
| Variable criterio: EMO <sup>a</sup> |         | .380           | 93.273** |
| ME                                  | .548**  |                |          |
| Edad                                | -.116** |                |          |
| Instrucción                         | -.078*  |                |          |
| Variable criterio: RAC <sup>b</sup> |         | .170           | 19.415** |
| ME                                  | -.359** |                |          |
| EP                                  | .226**  |                |          |
| O                                   | .189**  |                |          |
| Ept                                 | .147**  |                |          |
| Sexo                                | -.116** |                |          |
| Variable criterio: DES <sup>c</sup> |         | .016           | 8.329**  |
| O                                   | .135**  |                |          |
| Variable criterio: EVI <sup>d</sup> |         | .052           | 7.133**  |
| O                                   | .151**  |                |          |
| Instrucción                         | -.118** |                |          |
| Sexo                                | .116**  |                |          |
| ME                                  | .098*   |                |          |

*Nota.* N = 510. ME = Miedo a errores, O = Organización, Ept = Expectativas paternas, EP = Exigencias personales; EMO = Afrontamiento emocional, RAC = Afrontamiento racional, DES = Afrontamiento por desapego, EVI = Afrontamiento evitativo. Sexo: *hombre* (0), *mujer* (1); nivel de instrucción: *educación primaria completa* (0), *educación media* (1), *educación universitaria sin postgrado* (2), *educación universitaria con postgrado* (3). Método de regresión: por pasos.

<sup>a</sup> Durbin-Watson = 1.99,  $f^2 = 0.62$ . <sup>b</sup> Durbin-Watson = 1.96,  $f^2 = 0.22$ . <sup>c</sup> Durbin-Watson = 1.97,  $f^2 = 0.02$ . <sup>d</sup>

Durbin-Watson = 2.18,  $f^2 = 0.06$ .

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

En cuanto a las regresiones (ver Tabla 2), los resultados indican que se explicó un 38 % de la varianza del afrontamiento emocional con las variables predictoras. Concretamente, un nivel elevado de miedo a los errores, una menor edad y un bajo nivel educativo generaron efectos significativos y de tamaño importante sobre dicho estilo de afrontamiento. Asimismo, el conjunto de variables predictoras explicó un 17 % de la varianza del afrontamiento racional, una predicción de efecto moderado que incluyó como factores las exigencias personales, la organización, las expectativas paternas, un bajo nivel de miedo a los errores y pertenecer al sexo masculino. Por su parte, la organización fue la única variable que generó un efecto significativo sobre el afrontamiento por desapego, por lo que el coeficiente beta coincidió con el coeficiente de Pearson. Finalmente, el 5.2 % de la variación del afrontamiento evitativo pudo explicarse por la regresión que involucró la organización, un menor nivel de estudios, el sexo femenino y el miedo a los errores. El tamaño del efecto resultó pequeño para DES y EVI.

## DISCUSIÓN

El objetivo de este trabajo fue estudiar el poder predictivo del perfeccionismo (desde el enfoque de Frost et al., 1990) y de algunas variables demográficas (sexo, edad y nivel de instrucción) sobre los distintos estilos de afrontamiento (según el modelo descrito por Roger et al., 1993) en una muestra incidental de adultos venezolanos.

Entre las dimensiones del perfeccionismo, la organización mostró los niveles más altos y el miedo a los errores los más bajos, similar a como se ha venido reportando en investigaciones venezolanas con atletas (Silva, 2015), estudiantes universitarios (Aguilar et al., 2020), enfermeras (Colmenares & Aguilar, 2020), empleados bancarios (Barroeta et al., 2021) y adultos en general (Aguilar, 2022).

En relación con los tipos de afrontamiento, el racional exhibió los niveles más altos y el emocional los más bajos, como también lo han documentado estudios en Venezuela con trabajadores en general (Arreaza & Colangelo, 2015; Moreno & Peña, 2013; Piñango, 2018), profesores universitarios (Abadi & Bruzual, 2009; Lousinha & Guarino, 2013), docentes de educación básica (Siblesz & Von der Heyde, 2013), estudiantes universitarios (Bezic & Manzano, 2011; Palacios, 2012), médicos oncólogos (Torres & Guarino, 2013), profesionales de la salud (Rebolledo & Serrano, 2018) y tenistas (Carreño, 2014).

Coexistiendo con el afrontamiento racional, destacó el afrontamiento religioso representado en el hecho de refugiarse en la oración en momentos de estrés. En efecto, de acuerdo con información de PsicoData Venezuela (Socorro et al., 2023), ocho de cada diez personas (80 %) afirma rezar para enfrentar sus problemas. Si a ello se agrega la alta prevalencia que tuvo “soñar despierto” con que las cosas mejorarán, parece que en alguna medida se ejemplifica lo que se desprende de varias investigaciones que desde

la psicología positiva han caracterizado a los venezolanos como una suerte de “esperanzados pasivos”, es decir, personas que desean que las cosas cambien, pero que muchas veces hacen poco para que así sea (Garassini, 2011). Aunque la coexistencia de distintas formas de afrontamiento pareciera ser contradictoria, se sabe que, si bien los estilos de afrontamiento se entienden como disposiciones o tendencias generales para manejar el estrés percibido (Fernández-Abascal, 1997; Martín et al., 2000), las personas habitualmente utilizan estrategias variadas para afrontar las situaciones que pueden generar tensión o malestar en la vida (Lazarus & Folkman, 1986).

El patrón de correlaciones entre los componentes del perfeccionismo se acercó bastante al esperado (Aguilar, 2022; Aguilar et al., 2020; Frost et al., 1990), mayormente con factores correlacionados entre sí y un esquema particular para la organización, a saber: nula relación con el miedo a los errores y muy baja (cerca de la no-significancia) con las expectativas paternas. De igual manera, en consonancia con los hallazgos de Roger et al. (1993) y otros (Guarino et al., 2007; Méndez, 2008; Rebolledo & Serrano, 2018), se presentaron correlaciones positivas entre el afrontamiento racional y por desapego, y entre el afrontamiento emocional y evitativo. Hubo, además, una correlación negativa entre el afrontamiento racional y el emocional. No obstante, pese a lo reportado en el trabajo original de Roger et al. (1993), se reafirmó la independencia entre el afrontamiento emocional y por desapego, mientras que el afrontamiento evitativo correlacionó positivamente con los estilos racional (como en Capriles & Jreige, 2008; Méndez, 2008) y por desapego (como en Capriles & Jreige, 2008; Rebolledo & Serrano, 2018; Sojo & Guarino, 2011).

El miedo a los errores predijo negativamente el afrontamiento racional y positivamente el afrontamiento emocional y por evitación. Este resultado está en consonancia con estudios (Ahmed et al., 2021; de Jonge-Heesen et al., 2021; Mofield, 2008; Mofield et al., 2016; Zorroza et al., 1998) en los que la preocupación por los errores y la indecisión de acción se asociaron positivamente con estrategias de afrontamiento desadaptativas o disfuncionales (por ejemplo, evitación, internalización, externalización) y nula o inversamente con estrategias adaptativas (por ejemplo, solución de problemas, búsqueda de apoyo social).

Como se sabe, parte del patrón de pensamiento de los perfeccionistas está caracterizado por el temor a la posibilidad de cometer errores (Flett et al., 1994; Frost & Henderson, 1991), lo que incluye tender a interpretarlos como fracasos y creer que se perderá el respeto de los demás tras fracasar. Además, las personas con alta preocupación por los errores muestran habilidades deficientes para hacer frente a las fallas o equivocaciones, tienen baja tolerancia a la frustración y hacen generalizaciones excesivas a partir del fracaso (Frost et al., 1995). Estas tendencias socavan la capacidad para resolver problemas racionalmente y contribuyen también a que se intenten ignorar las situaciones amenazantes, debido a que, en el contexto de sus estrictos criterios de éxito,

los perfeccionistas pueden ver en el afrontamiento activo una oportunidad para que ocurra el tan temido fracaso (Flett et al., 1996; Hamachek, 1978; Noble et al., 2014).

La organización se asoció negativamente con el afrontamiento emocional y predijo positivamente el afrontamiento racional. Efectivamente, en estudios previos (Hsiao, 2015; Mofield, 2008; Mofield et al., 2016; Zorroza et al., 1998) la organización y el orden (un factor del perfeccionismo en el modelo de Slaney et al., 2001) se relacionaron positivamente con tendencias de afrontamiento adaptativas (por ejemplo, resolución de problemas, reflexividad) y nula o negativamente con tendencias desadaptativas (por ejemplo, reactividad emocional). Al respecto se ha dicho que la organización aumenta las posibilidades de tener una visión más clara de los problemas y de abordarlos de forma positiva y productiva, por lo que se trata de una cualidad valiosa para lidiar con los obstáculos que se interponen en el alcance de una meta establecida (Mofield et al., 2016; See Sin et al., 2021).

En el estudio actual, la organización también predijo positivamente el desapego emocional, otra forma adaptativa de afrontamiento. No obstante, contrario a lo esperado, la organización predijo el afrontamiento evitativo. En investigaciones anteriores, aquella se había vinculado inversamente con la tendencia a negar los problemas (Hsiao, 2015) y con el distanciamiento psicológico (Mofield et al., 2016), o bien había descrito una relación no significativa con la evitación (Zorroza et al., 1998). Si bien la predicción del factor de evitación fue débil en términos del tamaño del efecto, es posible que la organización sea una habilidad que tenga un papel modesto en los esfuerzos que se hacen para evitar o huir de una situación estresante o de sus consecuencias.

Con relación a las expectativas de los padres, la evidencia previa indicaba que suelen asociarse con el empleo de estrategias ineficaces ante los estresores, como las conductas de evitación internalizada (Ahmed et al., 2021; Mofield, 2008; Mofield et al., 2016). Además, el perfeccionismo socialmente prescrito (una dimensión del modelo de Hewitt & Flett, 1991, 2002) se asocia con formas de afrontamiento inadecuadas que pueden mantener estados como la depresión, es decir, con evitación cognitivo-conductual, autocastigo, sobregeneralización negativa, susceptibilidad a pequeños eventos adversos y rumia focalizada en incidentes desagradables del pasado; así como con menor afrontamiento conductual (específicamente menos orientación a la acción o el problema), autoaceptación, autoayuda y búsqueda de asistencia (Ben-David, 1997; Dry et al., 2015; Flett et al., 1994, 1996, 2012; Hill et al., 2010; Kavanagh et al., 2016). Se ha planteado que la preocupación por los estándares impuestos por otras personas significativas quebranta la autoeficacia y el sentido de autodeterminación del individuo, lo que resulta compatible con el desarrollo de un afrontamiento de evitación (Flett et al., 1996). Asimismo, la percepción de que las personas significativas son demasiado exigentes y críticas parece estar detrás de la tendencia a involucrarse poco en actividades sociales

de diversión, con lo cual se reducen las oportunidades de obtener apoyo social para resolver problemas personales (Hewitt et al., 1995).

En el presente estudio, la percepción de elevadas expectativas paternas se asoció positivamente con el estilo de afrontamiento centrado en emociones negativas, lo que puede encontrar similitud con los estudios de Hewitt et al. (1995) y Heads (2009), en los que el perfeccionismo socialmente prescrito se asoció con el afrontamiento orientado a la emoción en pacientes psiquiátricos canadienses y mujeres afroamericanas, respectivamente. No obstante, las expectativas parentales también predijeron el afrontamiento racional u orientado a la tarea. Esta aparente contradicción, quizás debida a terceras variables que afectan las relaciones analizadas (por ejemplo, el estilo de crianza ejercido por los padres), prolonga por lo pronto la discusión acerca del carácter adaptativo o desadaptativo de las expectativas paternas (véase Aguilar, 2022; Aguilar et al., 2020; Barroeta et al., 2021; Colmenares & Aguilar, 2020).

Por su parte, las exigencias personales predijeron el afrontamiento racional y se relacionaron positivamente tanto con el afrontamiento por desapego como con el afrontamiento emocional. Según parece, dichas exigencias pueden asociarse con resultados adaptativos y desadaptativos, y su naturaleza final quizás depende de los niveles que reflejen las demás dimensiones del perfeccionismo, de tal suerte que, cuando se obtienen altas puntuaciones en estándares personales y en otras dimensiones poco funcionales, surgen comportamientos de inadaptación (Mofield et al., 2016).

Hay en la literatura ejemplos de la asociación simultánea de los estándares personales con estrategias de afrontamiento benéficas y disfuncionales (de Jonge-Heesen et al., 2021). De igual manera, en varias investigaciones (por ejemplo, Dry et al., 2015; Flett et al., 1994, 2012) el perfeccionismo autorientado (una faceta del modelo de Hewitt & Flett, 1991) se ha asociado con formas activas de afrontamiento conductual (por ejemplo, la escrupulosidad), que reflejan la persistencia de los perfeccionistas al abordar problemas o completar tareas (Hewitt & Flett, 2002) y, a la vez, con formas de afrontamiento menos adaptativas (por ejemplo la evitación cognitiva y conductual).

Otra forma de apreciar esta disparidad es observando que hay estudios en los que el perfeccionismo autodirigido solo se ha relacionado con prácticas de afrontamiento inconvenientes (Hewitt et al., 1995; Kavanagh et al., 2016; O'Connor & O'Connor, 2003) y estudios en los que únicamente ha resultado asociado a modos de afrontamiento deseables como el autocontrol y las habilidades para resolver problemas (Ben-David, 1997; Flett et al., 1991, 1996; Heads, 2009; Hill et al., 2010). Algo similar sucede con los altos estándares (una dimensión del modelo de perfeccionismo de Slaney et al., 2001), los cuales resultan mayoritariamente asociados con el afrontamiento positivo (por ejemplo, la tendencia a examinar relaciones causales y a planificar sistemáticamente en el marco de la resolución de un problema) (Abdollahi & Carlbring, 2017; Hsiao, 2015; Noble et al., 2014;



Scappatura, 2013; See Sin et al., 2021). Sin embargo, también hay investigaciones (por ejemplo, Siah et al., 2022; Trotter, 2011) en las que los altos estándares se asociaron simultáneamente con estrategias positivas de afrontamiento (por ejemplo, aceptación de la situación, replanteamiento del problema, búsqueda de soporte familiar) y con otras menos convenientes (por ejemplo, las basadas en prácticas espirituales o religiosas, “desconectarse” de las situaciones, emocionalidad contenida).

En resumidas cuentas, según el tamaño del efecto, se tienen dos predicciones débiles (sobre DES y EVI) y dos más fuertes (sobre EMO y RAC). Las respuestas afectivas negativas a las situaciones estresantes (afrontamiento emocional) fueron predichas por el miedo a los errores y estuvieron asociadas con las expectativas paternas, las exigencias personales y la organización (con esta última, la relación fue negativa). El estilo caracterizado por acciones dirigidas a solucionar los problemas (afrontamiento racional) fue predicho negativamente por el miedo a los errores y positivamente por las exigencias personales, la organización y las expectativas paternas. La tendencia a tomar una perspectiva objetiva con respecto a los eventos estresantes y las emociones asociadas (afrontamiento por desapego) resultó predicha por la organización y se vinculó con las exigencias personales. Y, para finalizar, la propensión a obviar las adversidades (afrontamiento evitativo) fue predicha por la organización y el miedo a los errores. Se cree que las relaciones en las que participan las expectativas parentales y las exigencias personales podrían estar condicionadas por el efecto de terceras variables.

En referencia a las relaciones entre las variables demográficas y el afrontamiento, similar a lo encontrado por Capriles y Jreige (2008), se observó que las mujeres usan un poco más que los hombres el afrontamiento evitativo, lo que podría tener que ver con que, debido a condicionantes socioculturales, el sexo femenino es más dado a utilizar la fantasía (por ejemplo, hacerse ilusiones) frente a los problemas (Phelps & Jarvis, 1994). Por el contrario, tal como se evidencia en estudios nacionales (González & Sante, 2018; Méndez, 2008; Moreno & Peña, 2013; Sojo & Guarino, 2011) y foráneos (Meléndez et al., 2012; Ptacek et al., 1992), los hombres hacen un uso un poco mayor del afrontamiento racional, orientación que también estaría influenciada por patrones de socialización tempranamente instaurados respecto a un manejo más objetivo y neutro de las situaciones evaluadas como amenazantes o exigentes (Craig & Baucum, 2009). Por otra parte, no se replicó la relación negativa entre edad y evitación reportada por Méndez (2008) en estudiantes; en cambio, los participantes de mayor edad reportaron menor afrontamiento emocional y mayor afrontamiento racional, con lo cual cabe pensar que este último se ve favorecido por la madurez como etapa del ciclo vital. Por último, aunque con profesionales de RR. HH. (Moreno & Peña, 2013) y profesionales sanitarios (Rebolledo & Serrano, 2018) no se reportaron diferencias significativas en afrontamiento en función del nivel de instrucción. Aquí se encontró que cuando este es menor, el afrontamiento emocional y evitativo tienden a aumentar muy ligeramente.

En cuanto a las relaciones entre las variables demográficas y el perfeccionismo, se repitieron las obtenidas por Aguilar (2022). Así, en primer lugar, ser hombre se asoció con más exigencias personales, hallazgo que suele atribuirse a la competitividad propia del rol masculino (Aguilar, 2019). En segundo lugar, la afirmación de que el perfeccionismo decrece ligeramente con los años (Vicent et al., 2017) aplicó para los niveles de miedo a los errores, expectativas paternas y exigencias personales, pero no con la organización (la cual se asoció a una mayor edad). En tercer lugar, menos miedo a los errores se asoció con tener un mayor nivel de instrucción, lo que da pie a pensar en este como un factor con cierto papel protector frente a la preocupación por las equivocaciones.

En suma, este trabajo aporta evidencia de la asociación entre dos variables psicológicas que, dadas las consecuencias que pueden tener sobre la salud, son de interés investigativo con la población venezolana. En relación con ello, el estudio ayuda a llenar un vacío en la literatura sobre el perfeccionismo, la cual es escasa en Latinoamérica, especialmente en Venezuela. Además, los hallazgos obtenidos fortalecen el cuerpo de conocimientos localmente generados en torno al modelo de afrontamiento de Roger et al. (1993).

Con respecto a las limitaciones del presente estudio, se tiene que considerar (a) la estructura simple de su diseño; (b) su limitado tamaño muestral y el uso de un muestreo no probabilístico, lo que dificulta la posibilidad de generalizar los resultados; (c) la baja consistencia interna de la dimensión evitativa del afrontamiento; y (d) la utilización de datos autoinformados recogidos en línea, los cuales son propensos a sesgos y errores. Se esperaría que próximas investigaciones tomen en cuenta estos inconvenientes y traten de subsanarlos.

De igual modo, se espera que los hallazgos de esta investigación sean la base de subsecuentes estudios acerca del perfeccionismo que, con una muestra más amplia, incluyan otras variables implicadas en el mantenimiento y la afectación de la salud. En este sentido, sería interesante analizar el posible papel mediador o moderador de las variables consideradas en los modelos que traten de explicar el malestar físico y psicológico. Asimismo, se plantea la necesidad de continuar investigando hasta aportar datos concluyentes sobre la naturaleza funcional o disfuncional de las expectativas paternas. Por otra parte, aunque el actual estudio no se compromete directamente con criterios de relevancia aplicada, sus resultados tienen algunas implicaciones clínicas. A este respecto, si bien ninguna forma de afrontamiento es beneficiosa o perjudicial en sí misma (Fernández-Abascal & Fernández-Castro, 2002), sino que distintos tipos de afrontamiento pueden llegar incluso a interferirse entre sí (Lazarus & Folkman, 1986), debe desaconsejarse el uso del afrontamiento emocional como estilo característico de respuesta y, en cambio, alentarse el empleo de estrategias racionales de afrontamiento. Además, cónsono con lo que la literatura ya recoge, hay que desarrollar intervenciones psicológicas para reducir los altos niveles de miedo a los errores y, por contraparte, dirigidas a promover la organización como un hábito saludable y productivo.

## REFERENCIAS

- Abadi, A., & Bruzual, L. (2009). *Relación entre inteligencia emocional percibida y estilos de afrontamiento en profesores del área de ciencias y humanidades de la UNIMET* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://unimet.ent.sirsi.net/custom/web/tesis/15/ATBF76A2R4.pdf>
- Abdollahi, A., & Carlbring, P. (2017). Coping style as a moderator of perfectionism and suicidal ideation among undergraduate students. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 35, 223-239. <https://doi.org/10.1007/s10942-016-0252-0>
- Aguilar, L. (2019). Perfeccionismo en escolares de Caracas: diferencias en función del sexo, tipo de institución educativa y nivel de estrés. *Revista de Psicología UdeA*, 11(1), 7-33. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.v11n1a01>
- Aguilar, L. (2022). Perfeccionismo, salud mental y conductas de prevención ante el COVID-19: un análisis de ruta. *Psicología 212*, 2, 49-74. <https://n9.cl/l0dxam>
- Aguilar, L., Castellanos, M., & Romero, D. (2020). Perfeccionismo y hardiness académico: un estudio correlacional en estudiantes unimetanos. *Revista de Psicología UNLP*, 19(2), 122-147. <https://doi.org/10.24215/2422572Xe062>
- Ahmed, V., Farooq, H., Shazia, F., & Noorullah, A. (2021). The relationship between perfectionism dimensions and coping strategies in postgraduate clinical psychology students and practitioners. *American Academic Scientific Research Journal for Engineering, Technology, and Sciences*, 79(1), 132-146. [https://asrjetsjournal.org/index.php/American\\_Scientific\\_Journal/article/view/6795](https://asrjetsjournal.org/index.php/American_Scientific_Journal/article/view/6795)
- Albay, H., & Harting, M. (2016). *Impacto del perfil de personalidad en el curso de la EM y rol mediador de estrategias de afrontamiento, estrés y depresión* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://n9.cl/1og8t>
- Aldana, G., & Guarino, L. (2012). Sobrecarga, afrontamiento y salud en cuidadoras de pacientes con demencia tipo Alzheimer. *Summa Psicológica UST*, 9(1), 5-14. <https://doi.org/10.18774/448x.2012.9.47>
- Arias, A., & Romano, C. (2016). *Influencia del sexo, el nivel socioeconómico, el apoyo social percibido, los estilos de afrontamiento y la personalidad resistente en los niveles de estrés en padres de niños con trastorno del espectro autista* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Andrés Bello]. SIBUCAB. <https://n9.cl/er1cv>
- Aron, A., & Aron, E. (2001). *Estadística para psicología*. Prentice Hall.
- Arreaza, A., & Colangelo, A. (2015). *Género y estilos de afrontamiento hacia el estrés: repercusión en el bienestar psicológico de trabajadores en el área metropolitana de Caracas* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://n9.cl/1fnb8>

- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Bahramnejad, A., Rabani-Bavojdan, M., Rabani-Bavojdan, M., & Kaviani, N. (2015). The value of perfectionism in predicting coping strategies in drug-user women. *Addict and Health*, 7(3-4), 157-163. [https://ahj.kmu.ac.ir/article\\_84655.html](https://ahj.kmu.ac.ir/article_84655.html)
- Barroeta, G., Aguilar, L., & Trías, L. (2021). Perfeccionismo percibido y valores morales en empleados bancarios venezolanos: ¿son los perfeccionistas personas íntegras? *Psicología(s)*, 5, 122-150. <https://revistas.upr.edu/index.php/psicologias/article/view/19559>
- Ben-David, F. (1997). *A model of personality and health: Coping styles as a moderator in the perfectionism-health connection* [Tesis de maestría, Brock University]. Brock University Digital Repository. <http://hdl.handle.net/10464/1720>
- Bethelmy, L., & Guarino, L. (2008a). Afrontamiento y sensibilidad emocional como moderadores de la relación estrés-salud en médicos venezolanos. *Summa Psicológica UST*, 5(2), 3-16. <https://doi.org/10.18774/448x.2008.5.104>
- Bethelmy, L., & Guarino, L. (2008b). Estrés laboral, afrontamiento, sensibilidad emocional y síntomas físicos y psicológicos en médicos venezolanos. *Revista Colombiana de Psicología*, 17, 43-58. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1188>
- Bezic, K., & Manzano, K. (2011). *Relación causal entre los rasgos de personalidad, percepción de estrés, capacidad de afrontamiento en jóvenes universitarios del Área Metropolitana de Caracas ante situaciones de inseguridad urbana* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://n9.cl/bbu2t>
- Borges, S. (2011). *Influencia de la participación en el voluntariado universitario, edad, sexo, tipo de motivación hacia el voluntariado, estilos de afrontamiento y apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico general* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Andrés Bello]. SIBUCAB. <https://n9.cl/5bt84>
- Capriles, G., & Jreige, M. (2008). *Influencia de estrategias de afrontamiento, percepción de rol paterno, nivel socioeconómico, sexo y la presencia o ausencia del padre sobre la depresión en adolescentes* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Andrés Bello]. SIBUCAB. <https://n9.cl/gnqori>
- Carreño, L. (2014). *Incidencia de los estilos de afrontamiento y la disposición a fluir en el bienestar subjetivo de tenistas venezolanos de alto rendimiento* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://n9.cl/6cwud>

- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.56.2.267>
- Colmenares, D., & Aguilar, L. (2020). Perfeccionismo, bienestar psicológico y disposición a fluir en enfermeras. *Revista Interamericana de Psicología*, 54(2), Article e1016. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v54i2.1016>
- Craig, G., & Baucum, D. (2009). *Desarrollo psicológico* (9ª ed.). Pearson Educación.
- deJonge-Heesen, K., Rasing, S., Vermulst, A., Engels, R., & Creemers, D. (2021). How to cope with perfectionism? Perfectionism as a risk factor for suicidality and the role of cognitive coping in adolescents. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 39, 201-216. <https://doi.org/10.1007/s10942-020-00368-x>
- Delgado, M., & Matas, D. (2011). *Aplicación del modelo de estrés en familias de hijos con discapacidades del desarrollo de Perry (2005) para explicar el estrés en madres de hijos con autismo* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Andrés Bello]. SIBUCAB. <https://n9.cl/ipplt>
- Dry, S., Kane, R., & Rooney, R. (2015). An investigation into the role of coping in preventing depression associated with perfectionism in preadolescent children. *Frontiers in Public Health*, 3, Article 190. <http://dx.doi.org/10.3389/fpubh.2015.00190>
- Dunkley, D., Zuroff, D., & Blankstein, K. (2003). Self-critical perfectionism and daily affect: Dispositional and situational influences on stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 234-252. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.1.234>
- Fabiano, A., & Sacks M. (2013). *Comparación del bienestar psicológico y estilos de afrontamiento en pacientes intervenidos por cirugía bariátrica y personas con obesidad mórbida no intervenidas* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://n9.cl/7uo0v>
- Federación de Psicólogos de Venezuela [FPV]. (1981). *Código de ética profesional del psicólogo de Venezuela*. <http://fpv.org.ve/documentos/codigodeetica.pdf>
- Fernández-Abascal, E. (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. En E. Fernández-Abascal, F. Palmero, M. Chóliz, & F. Martínez (Eds.), *Cuaderno de prácticas de motivación y emoción* (pp. 189-206). Pirámide.
- Fernández-Abascal, E., & Fernández-Castro, J. (2002). Proceso de estrés. En F. Palmero, E. Fernández-Abascal, F. Martínez, & M. Chóliz (Eds.), *Psicología de la motivación y la emoción* (pp. 421-452). McGraw-Hill / Interamericana.
- Flett, G., Druckman, T., Hewitt, P., & Wekerle, C. (2012). Perfectionism, coping, social support, and depression in maltreated adolescents. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 30, 118-131. <https://doi.org/10.1007/s10942-011-0132-6>

- Flett, G., Hewitt, P., Blankstein, K., & O'Brien, S. (1991). Perfectionism and learned resourcefulness in depression and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 12(1), 61-68. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(91\)90132-U](https://doi.org/10.1016/0191-8869(91)90132-U)
- Flett, G., Hewitt, P., Blankstein, K., Solnik, M., & Brunshot, M. (1996). Perfectionism, social problem-solving ability, and psychological distress. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 14(4), 245-274. <https://doi.org/10.1007/BF02238139>
- Flett, G., Russo, F., & Hewitt, P. (1994). Dimensions of perfectionism and constructive thinking as a coping response. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 12, 163-179. <https://doi.org/10.1007/BF02354594>
- Flynn, C. (1996). *Self-oriented perfectionism and stress-enhancement: Physiological and emotional reactivity in response to an achievement-related stressor* [Tesis de maestría, University of British Columbia]. UBC Library. <https://doi.org/10.14288/1.0094700>
- Fortuny, M., & Mesa, G. (2018). *El efecto mediador de los estilos de afrontamiento sobre la influencia de la percepción de la situación económica en el estrés percibido y la satisfacción laboral en trabajadores de empresas privadas de Caracas* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://n9.cl/3s90o>
- Frost, R., & Henderson, K. (1991). Perfectionism and reactions to athletic competition. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(4), 323-335. <https://doi.org/10.1123/jsep.13.4.323>
- Frost, R., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Frost, R., Turcotte, T., Heimberg, R., Mattia, J., Holt, C., & Hope, D. (1995). Reactions to mistakes among subjects high and low in perfectionistic concern over mistakes. *Cognitive Therapy and Research*, 19(2), 195-205. <https://doi.org/10.1007/BF02229694>
- Galán, S., & Camacho, E. (Eds.). (2012). *Estrés y salud: investigación básica y aplicada*. El Manual Moderno.
- Garassini, M. (2011). La primera fortaleza del venezolano es la gratitud. *DEBATES IESA*, XVI(2), 40-45. <http://virtual.iesa.edu.ve/servicios/wordpress/?p=304>
- González, A., & Borges, M. (2023). Relación entre el afrontamiento y el perfeccionismo en adolescentes. En *Investigaciones DACIU 2022/2023* (pp. 185-192). Fundación Avanza.
- González, M., & Sante, M. (2018). *Efecto del género y la experiencia de un evento violento sobre el sentimiento de inseguridad y la ansiedad y cómo este efecto cambia en*

- función de los estilos de afrontamiento* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Andrés Bello]. SIBUCAB. <https://n9.cl/l1mux>
- Gouveia, R. (2017). Percepciones de impunidad, ambiente escolar y comunitario, apoyo social y estilo de afrontamiento en la conducta antisocial adolescente. *Analogías del Comportamiento*, 14, 50-67. <https://revistasenlinea.saber.ucab.edu.ve/index.php/analogias/article/view/3104>
- Guarino, L., Sojo, V., & Bethelmy, L. (2007). Adaptación y validación preliminar de la versión hispana del "Cuestionario de estilos de afrontamiento" (Coping Style Questionnaire, CSQ). *Psicología Conductual*, 15(2), 173-189. <https://n9.cl/1vh4a>
- Hamachek, D. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.
- Heads, A. (2009). *Perfectionism and its relationship to racial identity, satisfaction with life, stress and coping* [Tesis doctoral, University of Houston]. OAKTrust Digital Repository. <https://n9.cl/g5wn9>
- Hernández, N., Salas, A., & Altuve, J. (2020). Afrontamiento, funcionamiento familiar y calidad de vida relacionada con la salud en cuidadores venezolanos de pacientes con cáncer. *Psicología y Salud*, 30(2), 161-172. <https://doi.org/10.25009/pys.v30i2.2651>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill Education.
- Herrera, V., & Guarino, L. (2008). Sensibilidad emocional, estrés y salud percibida en cadetes navales venezolanos. *Universitas Psychologica*, 7(1), 183-196. <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/208>
- Hewitt, P., & Flett, G. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hewitt, P., & Flett, G. (2002). Perfectionism and stress processes in psychopathology. En G. Flett & P. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 255-284). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-011>
- Hewitt, P., Flett, G., & Endler, N. (1995). Perfectionism, coping, and depression symptomatology in a clinical sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 2(1), 47-58. <https://doi.org/10.1002/cpp.5640020105>
- Hill, A., Hall, H., & Appleton, P. (2010). Perfectionism and athlete burnout in junior elite athletes: The mediating role of coping tendencies. *Anxiety, Stress, and Coping*, 23(4), 415-430. <https://doi.org/10.1080/10615800903330966>
- Houkes, I., Winants, Y., & Twellaar, M. (2008). Specific determinants of burnout among male and female general practitioners: A cross-lagged panel analysis. *Journal*

- of Occupational and Organizational Psychology*, 81(2), 249-276. <https://doi.org/10.1348/096317907X218197>
- Hsiao, Y. (2015). *Perfectionism, acculturative stress, coping styles, and depression among international students* [Tesis doctoral, Georgia State University]. ScholarWorks @ Georgia State University. <https://doi.org/10.57709/7945747>
- Kavanagh, B., Ziino, S., & Mesagno, C. (2016). A comparative investigation of test anxiety, coping strategies and perfectionism between Australian and United States students. *North American Journal of Psychology*, 18(3), 555-570. <https://n9.cl/ln5ib>
- Kim, H.-Y. (2013). Statistical notes for clinical researchers: Assessing normal distribution (2) using skewness and kurtosis. *Restorative Dentistry and Endodontics*, 38(1), 52-54. <https://doi.org/10.5395/rde.2013.38.1.52>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
- Lousinha, A., & Guarino, L. (2010). Adaptación hispana y validación de la escala de respuesta a la incertidumbre. *Pensamiento Psicológico*, 8(15), 89-100. <https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/453>
- Lousinha, A., & Guarino, L. (2013). Diferencias individuales como moderadoras de la relación estrés-salud en docentes universitarios. *Summa Psicológica UST*, 10(1), 73-84. <https://doi.org/10.18774/448x.2013.10.38>
- Martín, M., Jiménez, M., & Fernández-Abascal, E. (2000). Estudio sobre la escala de estilos y estrategias de afrontamiento (E3A). *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 3(4). <http://reme.uji.es/articulos/agarce4960806100/texto.html>
- Meléndez, J., Mayordomo, T., Sancho, P., & Tomás, J. (2012). Coping strategies: Gender differences and development throughout life span. *The Spanish Journal of Psychology*, 15(3), 1089-1098. [https://doi.org/10.5209/rev\\_SJOP.2012.v15.n3.39399](https://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2012.v15.n3.39399)
- Méndez, E. (2008). *Efecto de la edad, sexo, estilo de personalidad resistente, estilos de afrontamiento y apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico general en estudiantes universitarios* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Andrés Bello]. SIBUCAB. <https://n9.cl/70z9h>
- Mofield, E. (2008). *The effects of an affective curriculum on perfectionism and coping in gifted middle school students* [Tesis doctoral, Tennessee State University]. TSU Library. <https://n9.cl/r20ry>
- Mofield, E., Parker, M., & Chakraborti-Ghosh, S. (2016). Perfectionism, coping, and underachievement in gifted adolescents: Avoidance vs. approach orientations. *Education Sciences*, 6(3), Article 21. <https://doi.org/10.3390/educsci6030021>



- Moreno, K., & Peña, J. (2013). *Relación entre los niveles de desgaste ocupacional, los estilos de afrontamiento y la sensibilidad emocional en profesionales del área de recursos humanos de entidades bancarias de Caracas* [Tesis de licenciatura, Universidad Central de Venezuela]. Saber UCV. <http://saber.ucv.ve/handle/10872/19523>
- Noble, C., Ashby, J., & Gnilka, F. (2014). Multidimensional perfectionism, coping, and depression: Differential prediction of depression symptoms by perfectionism type. *Journal of College Counseling, 17*(1), 80-94. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1882.2014.00049.x>
- O'Connor, R., & O'Connor, D. (2003). Predicting hopelessness and psychological distress: The role of perfectionism and coping. *Journal of Counseling Psychology, 50*(3), 362-372. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.50.3.362>
- Palacios, J. (2012). *Estudio de los eventos estresores y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios provenientes de las diferentes regiones del país* [Tesis de licenciatura, Universidad Central de Venezuela]. Saber UCV. <http://saber.ucv.ve/handle/10872/19362>
- Phelps, S., & Jarvis, P. (1994). Coping in adolescence: Empirical evidence for a theoretically based approach to assessing coping. *Journal of Youth and Adolescence, 23*(3), 359-371. <https://doi.org/10.1007/BF01536724>
- Piñango, H. (2018). *Influencia de los estilos de afrontamiento sobre la relación entre el capital psicológico y bienestar psicológico en una muestra multiocupacional* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://n9.cl/7h1ai>
- Ptacek, J., Smith, R., & Zanas, J. (1992). Gender, appraisal, and coping: A longitudinal analysis. *Journal of Personality, 60*(4), 747-770. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00272.x>
- Rebolledo, L., & Serrano, A. (2018). *Relación entre los estilos de afrontamiento, factores psicosociales laborales, el síndrome de burnout y la fatiga por compasión en profesionales de la salud y asistencia social en el marco de la crisis humanitaria en Venezuela* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Andrés Bello]. SIBUCAB. <https://n9.cl/c9v2u>
- Reiser, J. (2016). *An exploration of stress, job satisfaction, individual teacher and school factors among Teach for America teachers* [Tesis de maestría, The University of Texas at Austin]. Texas ScholarWorks. <https://n9.cl/jf1pe>
- Riendeau, C. (2014). *Longitudinal investigation of the role of coping on the relationship between dimensions of perfectionism and athletic burnout in sport* [Tesis de maestría, University of British Columbia]. UBC Theses and Dissertations. <https://dx.doi.org/10.14288/1.0166994>

- Roger, D., Jarvis, G., & Najarian, B. (1993). Detachment and coping: The construction and validation of a new scale for measuring coping strategies. *Personality and Individual Differences*, 15(6), 619-626. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90003-L](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90003-L)
- Rondón, M. (2012). *Inteligencia emocional percibida y estilos de afrontamiento en funcionarios con asistencia voluntaria y asistencia obligatoria del Instituto Autónomo Policía de Sucre* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://n9.cl/yik45>
- Rozental, A., Buhrman, M., Jovicic, F., Gelberg, O., Molin, K., Andersson, G., Carlbring, P., Forsström, D., & Shafran, R. (2022). Treating perfectionism using internet-based cognitive behavior therapy: Comparing two types of treatment. En *Abstracts from The 11th Swedish Congress on Internet Interventions* (p. 11). Linköping University Electronic Press. <https://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2:1688856>
- Scappatura, M. (2013). Perfeccionismo y estrategias de afrontamiento en adolescentes mujeres con y sin riesgo de Trastorno Alimentario. En N. Cervone (Presidencia), *Memorias V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología - XX Jornadas de Investigación - IX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR* (Tomo 1, p. 186). Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-054/272>
- Schwarzer, R., & Luszczynska, A. (2013). Stressful life events. En A. Nezu, C. Nezu, P. Geller, & I. Weiner (Eds.), *Handbook of psychology: Health psychology* (2nd ed., Vol. 9, pp. 29-56). John Wiley and Sons. <https://doi.org/10.1002/9781118133880.hop209002>
- See Sin, A., Chean Ni, P., & Kok Wei, T. (2021). *Perfectionism, coping styles, and academic adjustment: Their relationships among UTAR Kampar undergraduates* [Tesis de licenciatura, Universiti Tunku Abdul Rahman]. UTAR Institutional Repository. <http://eprints.utar.edu.my/4351/>
- Siah, P., Ang, S., Tan, K., Phi, C., & Pung, P. (2022). Perfectionism and academic adjustment among undergraduates: The coping strategy as a mediator. *Psychological Science and Education*, 27(5), 57-68. <https://doi.org/10.17759/pse.2022270505>
- Siblesz, M., & Von der Heyde, A. (2013). *Estilos de afrontamiento como moderador entre fuentes de estrés ocupacional y bienestar psicológico en docentes de educación básica* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://n9.cl/o8bcew>
- Silva, A. (2015). *Relación del perfeccionismo y la orientación motivacional con la ansiedad competitiva en tenistas de alto rendimiento* [Tesis de licenciatura inédita, Universidad Centroccidental "Lisandro Alvarado"].
- Sirois, F., & Molnar, D. (2014). Perfectionism and maladaptive coping styles in patients with chronic fatigue syndrome, irritable bowel syndrome and fibromyalgia/

- arthritis and in healthy controls. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(6), 384-385. <https://doi.org/10.1159/000365174>
- Slaney, R., Rice, K., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. (2001). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145. <http://dx.doi.org/10.1080/07481756.2002.12069030>
- Socorro, D., Angelucci, L., Oropeza, A., Hernández, A., Rondón, J., & Guarín, C. (2023). *PsicoData Venezuela. Un retrato psicosocial*. Escuela de Psicología, Universidad Católica Andrés Bello (UCAB). <https://psicologia.ucab.edu.ve/psicodata/>
- Sojo, V., & Guarino, L. (2011). Mediated moderation or moderated mediation: Relationship between length of unemployment, resilience, coping and health. *The Spanish Journal of Psychology*, 14(1), 272-281. [https://doi.org/10.5209/rev\\_SJOP.2011.v14.n1.24](https://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2011.v14.n1.24)
- Stoeber, J., Madigan, D., & Gonidis, L. (2020). Perfectionism is adaptive and maladaptive, but what's the combined effect? *Personality and Individual Differences*, 161, Article 109846. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109846>
- Suárez, A. (2014). *Justicia organizacional percibida, estilos de afrontamiento y bienestar psicológico* [Tesis de licenciatura, Universidad Metropolitana]. Biblioteca Pedro Grases. <https://n9.cl/svxlc>
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (2019). *Using multivariate statistics* (7th ed.). Pearson.
- Torres, B., & Guarino, L. (2013). Diferencias individuales y burnout en médicos oncólogos venezolanos. *Universitas Psychologica*, 12(1), 95-104. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy12-1.dibm>
- Trotter, R. (2011). *Perfectionism, coping, adjustment and achievement in Taiwanese culture* [Tesis doctoral, University of Missouri-Columbia]. MOspace Institutional Repository. <https://doi.org/10.32469/10355/14237>
- Vicent, M., Aparicio-Flores, M., Inglés, C., Gómez-Núñez, M., Fernández-Sogorb, A., & Aparisi-Sierra, D. (2017). Perfeccionismo infantil: diferencias en función del sexo y la edad. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 15-24. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v3.970>
- Wei, M., Heppner, P., Russell, D., & Young, S. (2006). Maladaptive perfectionism and ineffective coping as mediators between attachment and future depression: A prospective analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 67-79. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.67>
- Zorroza, J., Soriano, J., & Sánchez-Cánovas, J. (1998). Evaluación y afrontamiento de los ajetreos diarios: relación con optimismo, perfeccionismo, alexitimia y afecto positivo y negativo. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 3(3), 179-197. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.3.num.3.1998.3865>

