



# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

**Carrera de Psicología**

**“Perfeccionismo y procrastinación académica en  
estudiantes de la carrera de psicología en una  
universidad privada de Lima Metropolitana,  
2025”**

**Tesis para optar al título profesional de:**

**Licenciada en Psicología**

**Autores:**

Greyse Yakelyn Ramos Taípe

Giomaira Yuliana Távora Hidalgo

**Asesor:**

Mg. Nilton César Vásquez Cueva

**Código ORCID**

<https://orcid.org/0000-0002-5029-599X>

**Lima - Perú**

**2025**

**JURADO EVALUADOR**

Jurado 1 Presidente(a)	<b>CARLOS FERNANDO GARCIA GODOS SALAZAR</b>
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	<b>ERICA ROJANA GONZALEZ PONCE DE LEON</b>
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	<b>NILTON CESAR VASQUEZ CUEVA</b>
	Nombre y Apellidos

## Informe de Similitud



Página 2 de 83 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::1:3446083049

### 7% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...




#### Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado

#### Exclusiones

- ▶ N.º de coincidencias excluidas

#### Fuentes principales

- 6%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 2%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

#### Marcas de integridad

##### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

## **Dedicatoria**

A mis amados padres, Mario y Marcelina mis eternas fuentes de inspiración. Por nuestro amor incondicional, esta meta se convierte en la realidad de mis sueños. Su guía constante y los sacrificios que hicieron por mí han impulsado cada uno de mis pasos.

De manera especial a mi padre. Agradezco su infinita paciencia y sus palabras diarias de aliento, ese "ya falta poco, no te rindas", que fueron la clave para alcanzar esta meta. ´

Asimismo, a mi hermano menor, con el deseo de ser su ejemplo de esfuerzo. Que esta culminación demuestre que, con disciplina y visión, los sueños se cumplen.

Por último, a mis adoradas Sobrinas, la alegría de mis días. Que este trabajo les inspire a perseguir sus metas académicas y profesionales pasión y perseverancia.

Greyse Yakelyn Ramos Taipe

A mis padres, Marilda y William, por su entrega incondicional, por el respaldo permanente y la motivación necesaria para alcanzar este objetivo. Su esfuerzo, confianza y ejemplo fueron el soporte que me permitió avanzar con firmeza durante todo este proceso.

De manera especial, extendiendo esta dedicatoria a mis hermanos, Omar y Osmar, por su compañía constante, por proporcionarme los medios, su apoyo genuino y las palabras de ánimo que me sostuvieron en los momentos más exigentes. Su presencia y confianza en mis capacidades fueron una fuente esencial de fortaleza para llegar hasta el final.

Giomaira Távora Hidalgo

## **Agradecimiento**

A Dios, por guiarnos, fortalecernos y sostenernos en cada paso de este camino, incluso en los momentos de mayor desafío.

A nuestros padres quienes nos acompañaron con paciencia, guía y confianza en la culminación de esta etapa.

A la Universidad Privada del Norte (UPN), por ser el espacio donde crecimos académica y profesionalmente, fortaleciendo nuestra vocación y pensamiento crítico.

A nuestro asesor, Mg. Nilton César Vásquez Cueva, por su entrega, sabiduría y constante acompañamiento, fundamentales para dar forma y sentido a esta investigación.

## Tabla de contenidos

Índice de tablas .....	vii
Índice de figuras .....	viii
Resumen .....	ix
Abstract.....	x
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA .....	17
CAPÍTULO III: RESULTADOS .....	24
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES .....	39
REFERENCIAS .....	52
ANEXOS .....	61

## Índice de tablas

Tabla 1 Normalidad o paramétrica .....	24
Tabla 2 Prueba de hipótesis entre perfeccionismo y la procrastinación .....	25
Tabla 3 Prueba de hipótesis entre dimensión miedo a los errores y la procrastinación ..	27
Tabla 4 Prueba de hipótesis entre dimensión influencias paternas y la procrastinación ..	28
Tabla 5 Prueba de hipótesis entre dimensión expectativas de logro y la procrastinación .....	30
Tabla 6 Prueba de hipótesis entre dimensión organización y la procrastinación .....	31
Tabla 7 Perfeccionismo en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025 .....	33
Tabla 8 Dimensiones de perfeccionismo en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025 .....	34
Tabla 9 Procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025 .....	36
Tabla 10 Dimensiones de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025 .....	37

## Índice de figuras

Figura 1 Perfeccionismo en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025 .....	33
Figura 2 Dimensiones de perfeccionismo en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025 .....	35
Figura 3 Procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025 .....	36
Figura 4 Dimensiones de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025 .....	38

## Resumen

El problema se centra en que muchos presentan niveles elevados de perfeccionismo que, lejos de impulsar su desempeño, terminan generando procrastinación académica al evitar tareas por miedo al error o a no cumplir estándares altos. En ese sentido, se planteó el objetivo determinar la relación entre el perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025. Se utilizó una metodología de enfoque cuantitativo, básica, de alcance correlacional, diseño no experimental y transversal. La muestra estuvo constituida por 320 participantes, los mismo que se administraron la Escala Multidimensional de Perfeccionismos (MPS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados descriptivos reportan en perfeccionismo un 10.3% bajo, 81.9% medio, y 7.8% alto; mientras que, procrastinación académica se reportó un 3.1% bajo, 19.7% medio, 56.3% alto y 20.9% muy alto. Asimismo, se reportó el Rho 0.419 ( $p$  valor 0.001), concluyéndose la existencia de una relación directa moderada entre las variables de estudio.

**Palabras clave:** perfeccionismo, procrastinación académica, estudiantes

### **Abstract**

The problem lies in the fact that many students exhibit high levels of perfectionism which, far from boosting their performance, end up generating academic procrastination by avoiding tasks for fear of making mistakes or not meeting high standards. In this sense, the objective was to determine the relationship between perfectionism and academic procrastination in psychology students at a private university in Metropolitan Lima, 2025. A quantitative, basic, correlational, non-experimental, cross-sectional methodology was used. The sample consisted of 320 participants, who were administered the Multidimensional Perfectionism Scale (MPS) and the Academic Procrastination Scale (EPA). The descriptive results report the following levels of perfectionism: 10.3% low, 81.9% medium, and 7.8% high. Academic procrastination was reported as low in 3.1% of participants, medium in 19.7%, high in 56.3%, and very high in 20.9%. A rho of 0.419 (p-value 0.001) was also reported, indicating a moderate, direct relationship between the study variables.

**Keywords:** perfectionism, academic procrastination, students

## CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

### 1.1. Realidad problemática

A nivel mundial, un aproximado del 60% de universitarios presenta dificultades en cuanto a su salud mental, lo cual ha visibilizado que dicha población se encuentra presentando mayores factores de riesgo en cuanto a su bienestar mental; asimismo, entre el 80% y el 95% de universitarios suele procrastinar, siendo las principales actividades las asignaciones académicas (American Psychological Association [APA], 2022).

Investigaciones internacionales indican que entre el 20 % y 25 % de universitarios presentan perfeccionismo desadaptativo, asociado a una tendencia del 40 % a postergar tareas importantes. Esta relación incrementa la ansiedad y reduce el rendimiento académico. El perfeccionismo excesivo impone metas inalcanzables y la procrastinación funciona como evasión. Sin intervención, el riesgo de fracaso o abandono académico puede aumentar hasta un 30 % (Zhang et al., 2022).

El establecimiento de estándares excesivos lleva a los estudiantes a percibir las tareas como demasiado exigentes, lo que los impulsa a postergarlas buscando el momento ideal para realizarlas perfectamente. Esta conducta refleja procrastinación asociada al perfeccionismo desadaptativo, afectando su bienestar emocional y aprendizaje. A nivel mundial, entre el 25 % y 30 % de universitarios presentan esta tendencia, evidenciando su impacto académico y psicológico (Sirois y Molnar, 2021).

En universidades europeas, la combinación de perfeccionismo desadaptativo y procrastinación está mermando el bienestar y el rendimiento estudiantil. Estudios en seis

países europeos (Finlandia, Alemania, Italia, Noruega, Polonia y Suecia) confirman alta procrastinación en el alumnado al comparar las escalas PPS e IPS. En Suecia, una cohorte de 3,525 universitarios mostró que la procrastinación se asocia posteriormente con mayor depresión, ansiedad y estrés, además de peores hábitos de salud (Sirois et al., 2023).

Asimismo, estimaciones de referencias europeas señalan que al menos la mitad de los estudiantes reportan que la procrastinación afecta su logro y bienestar, y casi la mitad cumple criterios de casos *severos*. Paralelamente, metaanálisis con muestras europeas (Reino Unido) indican que el perfeccionismo ha aumentado de manera sostenida entre jóvenes universitarios desde finales de los 80. Además, investigación europea reciente muestra que el perfeccionismo desadaptativo predice más procrastinación, mientras que el perfeccionismo adaptativo la reduce (Sepiadou y Metallidou, 2023).

En el contexto americano, la relación entre perfeccionismo y procrastinación en estudiantes universitarios representa un desafío creciente para el rendimiento académico y la salud mental. En Estados Unidos, un estudio con 604 estudiantes reveló que el 68 % presentaba procrastinación académica alta, asociada significativamente con perfeccionismo desadaptativo. En Canadá, investigaciones con más de 900 universitarios mostraron que el perfeccionismo evaluativo predice mayores niveles de procrastinación y estrés académico, mientras que el perfeccionismo orientado al logro se asocia con menor procrastinación (Rice et al., 2020).

En México, un estudio con 750 universitarios reveló que el 57 % presentaba procrastinación académica alta y perfeccionismo desadaptativo, lo que incrementaba los niveles de ansiedad (González-Brignardello y Sánchez-Elvira, 2020). En Colombia,

investigaciones con 512 estudiantes mostraron que el perfeccionismo evaluativo explica el 42 % de la varianza en la procrastinación académica (Ramírez et al., 2021). En Brasil, un análisis con 423 estudiantes indicó que el 52 % presentaba simultáneamente altos niveles de ambos rasgos, afectando su desempeño. La evidencia sugiere que, sin intervenciones específicas, estos factores pueden incrementar hasta en un 35 % el riesgo de abandono académico (Oliveira y Dias, 2021).

En Perú, estudios en estudiantes universitarios han identificado una prevalencia de procrastinación académica del 14,1 % entre alumnos de psicología de dos universidades privadas de Lima Metropolitana. Además, señala que este rasgo tiende a presentarse como desadaptativo, y se vincula con ansiedad, estrés académicos y postergación de tareas (Salazar, 2024).

Esta combinación de perfeccionismo desadaptativo y procrastinación genera un impacto negativo en el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes. Por lo tanto, se configura como un problema psicológico relevante dentro del contexto universitario peruano, que podría afectar la salud mental y la eficiencia académica si no se aborda adecuadamente (Loayza, 2021).

Por otra parte, en Lima, la coexistencia de perfeccionismo y procrastinación en estudiantes universitarios constituye un problema que afecta el rendimiento y la salud mental. Un estudio con 312 estudiantes de distintas universidades evidenció que el 58 % presentaba procrastinación académica alta y perfeccionismo desadaptativo, asociado con mayor estrés y ansiedad. Del mismo modo, se encontró que el perfeccionismo evaluativo explica el 39 % de la variabilidad en la procrastinación, lo que refleja una relación

significativa y directa. Esta combinación de factores incrementa el riesgo de bajo desempeño académico y retraso en la culminación de estudios (Cárdenas y López, 2022).

En una universidad privada de Lima Metropolitana, en 2025, se observó que el perfeccionismo desadaptativo y la procrastinación académica se han convertido en problemáticas recurrentes entre los estudiantes. Muchos presentan estándares personales excesivamente altos, acompañados de un temor constante al error, lo que incrementa la ansiedad y disminuye la eficiencia en la gestión del tiempo. Este patrón se traduce en la postergación de tareas importantes, especialmente en contextos de alta exigencia académica. La procrastinación suele actuar como mecanismo de evitación ante el miedo al fracaso, reforzando un ciclo de inacción y estrés. Este fenómeno no solo impacta en las calificaciones, sino también en la satisfacción académica y en la permanencia universitaria. Por otra parte, hay estudiantes que pretenden cumplir con precisión sus actividades académicas; sin embargo, el no tener éxito en ello les conlleva a tener malestares emocionales como la ansiedad, estrés, entre otros.

A nivel internacional, se han desarrollado múltiples investigaciones que permiten comprender el impacto del perfeccionismo y la procrastinación en la vida académica universitaria. En primer lugar, se identifican antecedentes indirectos, aquellos que estudian las variables de manera separada o vinculadas a otros factores emocionales, Por ejemplo, Sudirman et al. (2023) efectuó una investigación en Indonesia con la finalidad de conocer la relación entre el perfeccionismo, procrastinación y el miedo a fallar en 153 universitarios de Indonesia por medio de la aplicación de la Escala de Procrastinación Académica, la Escala de Perfeccionismo y la Escala de Miedo a Fallar. En ese sentido, se observó que el perfeccionismo se asocia significativamente de manera negativa con la

procrastinación ( $r = -.522$ ;  $p < .001$ ), es decir, a mayor perfeccionismo, menor procrastinación.

Huang et al. (2023) realizaron una investigación en China con la finalidad de conocer la relación entre el perfeccionismo y la procrastinación; así como, el rol de la autoeficacia y la resiliencia en 587 universitarios de enfermería de China a partir de la aplicación del Chinese Frost multidimensional perfectionism scale (CFMPS), el Aitken procrastination inventory (API) y el Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). Se encontró que el perfeccionismo adaptativo se encuentra correlacionado de manera significativa y negativa con la procrastinación académica ( $r = -.475$ ;  $p < .01$ ).

En tal sentido, Galarregui y Keegan (2024) efectuaron una investigación en Argentina para conocer la relación entre el perfeccionismo y la procrastinación 395 universitarios argentinos por medio de la utilización Almost Perfect Scale Revised (APS-R) y el Tuckman Procrastination Scale (ATPS). En ese sentido, se observó la existencia de una relación entre perfeccionismo y la procrastinación; ya que, la procrastinación se relacionó con la dimensión “altos estándares” de manera negativa ( $p < .001$ ;  $r = -.194$ ); con la dimensión “orden”, de manera negativa ( $p < .001$ ;  $r = -.155$ ); y con la dimensión “discrepancia” de manera positiva ( $p < .001$ ;  $r = .400$ ).

A su vez, Broberg et al. (2025) realizaron un estudio en República Dominicana para conocer la relación entre el perfeccionismo y la procrastinación en 116 universitarios de República Dominicana por medio de la utilización de las escalas Almost Perfect Scale-Revised (APS-R) y el Escala de Procrastinación Académica (EPA). A partir de los resultados se evidenció que, subescala “altos estándares” se correlaciona de forma

positiva y baja con la subescala “autorregulación académica” ( $r = .36$ ;  $p < .001$ ), concluyendo que existe relación entre el perfeccionismo y la procrastinación.

En el contexto nacional, también predominan antecedentes indirectos que vinculan la procrastinación y el perfeccionismo con el estrés académico. Quispe (2020) efectuó un estudio para identificar la relación entre el estrés académico y la procrastinación académica en 98 estudiantes universitarios, de los cuales el 51 % eran hombres y el 49 % mujeres. En búsqueda de ello, se utilizó el Inventario SISCO de Estrés Académico y la Escala de Procrastinación Académica (PASS). Los resultados indicaron una relación positiva y significativa entre el estrés académico y la procrastinación académica, así como entre los factores estresores y los síntomas con dimensiones de procrastinación como "falta de energía y autocontrol", "perfeccionismo", "ansiedad a la evaluación" y "poca asertividad y confianza".

Asimismo, Torres y Canales (2021) efectuaron un estudio en búsqueda de analizar la relación entre el perfeccionismo y el estrés académico en 298 universitarios de entre 18 y 30 años de Lima Metropolitana mediante la utilización del Inventario SISCO de estrés académico y la Escala Multidimensional de Perfeccionismo. Los resultados evidenciaron la conclusión de una relación directa y significativa entre el perfeccionismo auto-orientado y socialmente prescrito con las subescalas del estrés académico. No obstante, se evidenció que la subescala de estrategias de afrontamiento presentó una correlación indirecta con el perfeccionismo socialmente prescrito.

Echeandia (2022) desarrolló una investigación para analizar la relación entre estrés y procrastinación académica en universitarios, mediante una revisión sistemática

basada en la guía PRISMA. Se revisaron bases de datos como EBSCO, Scopus, Dialnet, Redalyc y ProQuest, seleccionando 10 estudios correlacionales recientes. Los resultados mostraron que ocho estudios reportaron una correlación positiva y significativa entre ambas variables, mientras que dos hallaron relación negativa. En conclusión, la relación entre estrés y procrastinación varía según factores contextuales, sociales y educativos, evidenciando su influencia multidimensional en el rendimiento universitario.

En la misma línea, Cruz (2024) realizó un estudio con 88 estudiantes universitarios de una institución pública para analizar la relación entre procrastinación y estrés académico. Se aplicaron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario SISCO, encontrándose ausencia de relación significativa entre ambas variables. No obstante, el 54.5 % presentó un nivel promedio de procrastinación y el 39.8 % un nivel de estrés académico promedio-alto. Estos resultados sugieren que ambos fenómenos afectan la vida universitaria, aunque su relación puede variar según factores individuales o contextuales.

Sánchez (2024) realizó una investigación para analizar la relación entre estrés y procrastinación académica en estudiantes universitarios mediante una revisión sistemática basada en la guía PRISMA. Se consultaron bases de datos como EBSCO, Scopus, Dialnet, Redalyc y ProQuest, seleccionando 10 estudios correlacionales recientes. Ocho investigaciones hallaron una correlación positiva y significativa, mientras que dos mostraron una relación negativa. Las diferencias se atribuyen a las dimensiones e instrumentos empleados y a la influencia de la tecnología en el comportamiento académico. En conjunto, se concluye que la relación entre ambas variables varía según el contexto social, familiar y educativo del estudiante.

Yupanqui (2024) investigó la relación entre procrastinación académica y estrés académico en 103 estudiantes de Tecnología Médica en Radiología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. El estudio fue cuantitativo, no experimental, transversal, descriptivo y correlacional. Se aplicaron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario SISCO de estrés académico. Los resultados revelaron una correlación directa y significativa, pero baja entre ambas variables ( $r = 0.258$ ,  $p = 0.009 < 0.05$ ). Se concluye que, a mayor procrastinación, mayor estrés académico, aunque con una intensidad leve en la relación.

En síntesis, la evidencia acumulada demuestra que la procrastinación y el perfeccionismo de carácter desadaptativo constituyen variables que erosionan de manera significativa tanto el equilibrio emocional como el rendimiento académico, mientras que el estrés académico opera como un catalizador que intensifica dichas dinámicas. (Sudirman et al., 2023; Huang et al., 2023; Galarregui y Keegan, 2024; Broberg et al., 2025). En el contexto nacional, evidencian una relación significativa entre el estrés y la procrastinación, también el perfeccionismo y el estrés académico, destacando la influencia de factores emocionales y contextuales en el desempeño estudiantil (Quispe, 2020; Torres y Canales, 2021; Echeandía, 2022; Cruz, 2024; Sánchez, 2024; Yupanqui, 2024). No obstante, persiste una laguna epistemológica respecto a la interacción específica entre perfeccionismo y procrastinación en estudiantes de universidades privadas de Lima, un escenario marcado por elevados estándares de exigencia y una marcada aversión al error, donde aún no se han desarrollado estudios integradores. En este sentido, la presente investigación se orienta a subsanar esa carencia, aportando evidencia empírica reciente sobre la relación entre ambas variables durante el año 2025.

Con respecto a las bases teóricas, se plantea la definición del perfeccionismo ha sido abordado en un inicio como aquel conjunto de rasgos de carácter negativo, siendo estos, la culpabilidad, la actitud tensa ante la ejecución de tareas, la crítica personal, los pensamientos todo o nada, la baja autoestima y la inhibición creativa, que se vinculan a los desajustes y trastornos psicológicos (Rodríguez et al., 2009).

Investigaciones recientes han superado la visión unidimensional del perfeccionismo, reconociéndolo como un constructo multidimensional con componentes tanto adaptativos como desadaptativos. Fuster-Rico et al. (2024) evidencian, mediante análisis de perfiles, que los estudiantes pueden presentar combinaciones diferenciadas de autoexigencia y preocupación por los errores, lo que se asocia de manera distinta con la autoeficacia académica. De manera complementaria, Gaudreau y Verner-Filion (2022) destacan que el perfeccionismo adaptativo, caracterizado por metas altas y regulación positiva, puede favorecer el rendimiento académico, mientras que el perfeccionismo desadaptativo, marcado por la preocupación excesiva y la autocrítica, se vincula con mayor riesgo de procrastinación y malestar emocional.

El perfeccionismo ha sido dimensionado a partir de la teoría multidimensional formulada por Frost et al. (1990) caracterizándolo así como aquella que se encuentra comporta por: 1) miedo por los errores: reacciones negativas ante los errores y tendencia a interpretarlos como equivalentes a fracasos; 2) influencias de los padres: creencias sobre las metas establecidas por los padres; crítica de los padres en opinión sobre la actitud crítica por parte de los padres; 3) expectativas de logro: tendencia al establecimiento de estándares elevados y brindarles excesiva importancia; acción duda, la inseguridad sobre

la capacidad para hacer tareas; 4) organización: tendencia hacia ser organizado y metódico, reflejando la preocupación por el orden.

En este sentido, estas dimensiones, permiten poder visualizar al perfeccionismo no solamente como un factor de carácter positivo, sino verlo de manera multidimensional, permitiendo así tener otra perspectiva; ya que, esta no solamente toma en consideración el factor individual, sino también la historia de aprendizaje, en donde la familia guarda relevancia.

La procrastinación es caracterizada como aquel acto en el que la persona posterga de manera intencional sus tareas o responsabilidades, lo cual puede llevar a consecuencias negativas asociadas a la ansiedad, bajo nivel de motivación o interés, y un bajo rendimiento (Otero et al., 2023).

También, Tripathi et al. (2024) considera que existen tres tipos de variantes con respecto a la procrastinación, siendo estas: la académica, laboral y la de decisiones. A su vez, se observa que esta tendencia a la postergación se asocia al malestar subjetivo y no solamente hace referencia a la baja responsabilidad y gestión del tiempo, sino que supone un verdadero problema de regulatorio a nivel cognitivo, afectivo y conductual (Díaz, 2018).

Por su parte, Atalaya y García (2019) indican que la procrastinación ha sido abordada a partir de múltiples modelos, siendo estos: 1) el modelo psicodinámico: percibe a la procrastinación como aquella que tiene su origen en la infancia asociándose a la personalidad y la influencia del inconsciente, evitando así tareas por ser amenazas para el ego; 2) el modelo motivacional: asociado al éxito, en donde la persona percibe que al no

ser capaz de cumplir metas, se escogen situaciones en donde se sabe que el triunfo está asegurado; 3) el modelo conductual: refiriendo que la procrastinación lleva a la persona a realizar actividades que le permitan satisfacer a corto plazo; y 4) el modelo cognitivo: denota que las personas que procrastinan suelen presentar un procesamiento de información disfuncional.

Con respecto a la definición de la procrastinación en el ámbito académico ha sido abordada a partir de la perspectiva Busko (1998) quien refiere que esta se caracteriza por ser aquella acción en la cual el estudiante tiende a eludir sus labores académicas mediante el escape, lo cual lo lleva a postergarlas para situaciones futuras o justificarlas; a su vez, esta se relaciona a las promesas de realización de las tareas.

En ese sentido, considerando el fundamento teórico de Busko (1998) configura a las dimensiones: a) la autorregulación académica: relacionada a aquellas acciones que realiza el estudiante de gestión y organización de sus labores, así como, los hábitos de estudio, y b) la postergación de actividades: relacionada a la tendencia de posponer o aplazar las labores académicas. Por consiguiente, estas dimensiones permiten conceptualizar y abordar a la procrastinación tanto a nivel de gestión y control como la acción de dilatar la actividad, por tanto, abarca teóricamente los principales indicadores a los cuales se orienta una persona que tiende a procrastinar tanto a nivel de habilidades como debilidades.

Se puede establecer, que la relación entre el perfeccionismo y la procrastinación ha sido abordada a nivel teórico por Kurtovic et al. (2019), quienes refieren que, estas estarían vinculándose debido a la presencia de estándares altos y el temor de incurrir en

el error, orienta a las personas a procrastinar, ya que, perciben que no serán capaces de alcanzar dichos estándares al no encontrarse satisfechos con su labor o temer y culparse de sus errores. En ese sentido, refieren que la procrastinación se estaría convirtiendo en un medio para poder escapar de dicha angustia que le genera el perfeccionismo, aliviando así al estudiante a corto plazo.

La investigación tiene como justificación en la relevancia teórica al basarse en los aportes de Frost et al. sobre el perfeccionismo y de Tuckman sobre la procrastinación académica, analizando su manifestación en estudiantes universitarios de instituciones privadas. Los resultados permiten validar y contrastar estos modelos en el contexto peruano, fortaleciendo la comprensión de la relación entre ambas variables. Además, amplía el conocimiento científico sobre los factores psicológicos que inciden en el rendimiento y bienestar académico.

En cuanto a la justificación práctica, esta investigación resulta relevante porque al determinar la relación entre perfeccionismo y procrastinación académica, proporciona información útil para diseñar estrategias de intervención que fomenten un perfeccionismo adaptativo y reduzcan las conductas procrastinadoras. Estos hallazgos contribuyen a que los estudiantes desarrollen un desempeño académico y profesional más eficiente, y orientan a los docentes en la implementación de prácticas pedagógicas efectivas que promuevan la autorregulación y la gestión adecuada del tiempo en el aula universitaria.

El aporte social radica en visibilizar cómo las exigencias personales excesivas y la procrastinación afectan el rendimiento y el desarrollo profesional de los universitarios. Al evidenciar estas dinámicas, el estudio contribuye a consolidar una cultura de bienestar

psicológico y eficiencia académica, repercutiendo en la formación de individuos más conscientes y autorregulados, lo que fortalece la calidad del capital humano y la productividad social.

La investigación metodológica se sustenta en un diseño no experimental de tipo correlacional, idóneo para analizar la relación entre perfeccionismo y procrastinación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en 2025. Este enfoque permite observar las variables en su contexto natural y generar evidencia empírica que oriente futuras intervenciones académicas y psicológicas.

### **Formulación del problema**

#### **Pregunta general**

¿Cuál es la relación entre el perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?

#### **Preguntas específicas**

P.E.1. ¿Cómo se relaciona la dimensión miedo a los errores y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?

P.E.2. ¿Cómo se relaciona la dimensión influencias paternas y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?

P.E.3. ¿Cómo se relaciona la dimensión expectativa de logro y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?

P.E.4. ¿Cómo se relaciona la dimensión organización y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?

P.E.5. ¿Cómo es la predominancia de los niveles de perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?

## **1.2. Objetivos**

### **Objetivo general**

Determinar la relación entre el perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

### **Objetivos específicos**

O.E.1. Determinar la relación entre la dimensión miedo a los errores y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

O.E.2. Determinar la relación entre la dimensión influencias paternas y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

O.E.3. Determinar la relación entre la dimensión expectativas de logro y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

O.E.4. Determinar la relación entre la dimensión organización y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

O.E.5. Determinar la predominancia de los niveles de perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

### **1.3. Hipótesis**

#### **Hipótesis general**

Existe relación significativa entre el perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

#### **Hipótesis específicas**

H.E.1. Existe relación significativa entre la dimensión miedo a los errores y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

H.E.2. Existe relación significativa entre la dimensión influencias paternas y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

H.E.3. Existe relación significativa entre la dimensión expectativas de logro y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

H.E.4. Existe relación significativa entre la dimensión organización y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

## **CAPÍTULO II: METODOLOGÍA**

Para fines de esta investigación la metodología fue de enfoque cuantitativo, el cual, según Hernández y Mendoza (2018) a través de la medición y análisis estadístico de las variables se comprobará las hipótesis planteadas. La medición de las variables en este estudio se realizó por medio de dos escalas (Escala Multidimensional de Perfeccionismo y la Escala adaptada de Procrastinación académica de Busko). Tipo básica, según Baena (2017) refiere que también denominada pura o fundamental, se orienta a generar conocimiento teórico y comprender fenómenos sin un interés inmediato en su aplicación práctica. Su propósito principal es ampliar el acervo científico existente y explicar relaciones entre variables, contribuyendo al desarrollo de teorías o marcos conceptuales. El Alcance de este estudio fue correlacional debido que permite al investigador determinar el grado de asociación o relación que existe entre las variables de estudio (Hernández y Mendoza, 2018). El diseño correspondió al no experimental, porque se realizará sin manipular intencionalmente las variables para alterar la realidad del fenómeno que se basó en un contexto natural; además fue de corte transversal, la recolección de los datos se realizará en un solo momento (Creswell, 2014).

Según Hernández y Mendoza (2018) definen a la población como el conjunto de elementos que pertenecen a un determinado universo que representa interés para el investigador. En esta investigación la población estuvo conformada por 1000 estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana.

La muestra es el subgrupo de la población de interés para el investigador, sobre la cual se van a recolectar los datos (Hernández y Mendoza, 2018). Para el presente estudio

la muestra fue de 278 estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. El tamaño de muestra se determinará mediante la siguiente fórmula:

$$n = \frac{NZ^2PQ}{E^2(N-1) + Z^2PQ}$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Tamaño de la población = 1000

Z = Nivel de confianza 95%

E = Margen de error del 5%

p = Probabilidad de la población deseada = 0.5

q = Probabilidad de la población no deseada

El resultado obtenido de la fórmula aplicada es: n = 278

A los 278 se incrementó el 15% equivalente a 42 estudiantes por causa de criterios de exclusión y eliminación, haciendo un total 320

Para la elección de cada participante que conformó la muestra se aplicó el muestreo de tipo probabilístico – aleatorio simple, el cual permite que cada elemento de la población tenga la misma probabilidad de ser elegido. Este tipo de muestreo permitió generalizar a toda la población los resultados obtenidos (Hernández y Mendoza, 2018).

Se establecieron criterios de inclusión y exclusión con el fin de garantizar la validez y pertinencia de la muestra. Se incluyó a estudiantes matriculados en el periodo

académico 2025, pertenecientes a la carrera de psicología, de ambos sexos y con edad entre 18 y 30 años, quienes aceptaron participar de forma voluntaria y anónima. Asimismo, se consideró indispensable que los participantes cursaran al menos el segundo ciclo académico, para asegurar una experiencia universitaria mínima. En cuanto a los criterios de exclusión, se descartó a aquellos estudiantes que no completaron los instrumentos de evaluación, presentaron respuestas inconsistentes o sesgos evidentes, o que se encontraban en proceso de retiro o suspensión académica, con el fin de preservar la fiabilidad y representatividad de los datos obtenidos.

En esta investigación se utilizó la técnica de la encuesta, la cual es un método que permite la recolección sistemática de datos de manera estandarizada, facilitando la medición cuantitativa de las variables perfeccionismo y procrastinación en la población objetivo. La encuesta se aplicará de forma presencial o virtual a los estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, utilizando un cuestionario estructurado que incluye escalas de medición validadas y adaptadas al contexto. Esta técnica resulta pertinente porque posibilita obtener información directa de los participantes, optimizando el tiempo de recolección y garantizando la comparabilidad de las respuestas (Arias, 2020).

Los instrumentos fueron los cuestionarios, según Hernández y Mendoza (2018) es el medio o recurso diseñado para recolectar información pertinente y confiable acerca de las variables de estudio, permitiendo su medición y análisis de acuerdo con los objetivos planteados. Su selección debe garantizar la validez y confiabilidad de los datos obtenidos, además de adecuarse al contexto y a las características de la población. Se detallan los instrumentos psicométricos a continuación:

### Escala Multidimensional de Perfeccionismo (MPS)

Esta escala fue creada por Frost en 1990 con la finalidad de evaluar el perfeccionismo, estaba conformada por seis dimensiones: exigencias personales, preocupaciones por los errores, dudas sobre acciones, expectativas paternas, críticas paternas, y organización. Belloch et al. (2010) adaptaron la versión original al español, ajustando la estructura a 4 dimensiones que presentaron buena fiabilidad: dimensión miedo a los errores (11 ítems,  $\alpha=0.88$ ), dimensión influencias paternas (9 ítems,  $\alpha=0.90$ ), dimensión expectativa de logro (9 ítems,  $\alpha=0.87$ ) y la dimensión organización (6 ítems,  $\alpha=0.89$ ). En el 2021, Flores y Taboada adaptaron la versión en español a población peruana (estudiantes universitarios), considerando las 4 dimensiones, con un tipo de respuesta Likert, donde existen cinco opciones de respuesta, siendo estas: siempre (5), casi siempre (4), a veces (3), casi nunca (2) y nunca (1).

En la adaptación a población peruana, la validez de la estructura interna lo realizaron mediante el análisis factorial confirmatorio, obteniendo valores mayores a 0.90 lo que evidencia un buen ajuste. Para la evaluación de la confiabilidad utilizaron el coeficiente Omega de McDonald, donde demostraron que fue adecuada y superior a 0.80, donde la dimensión miedos a los errores  $\omega = 0.921$ , dimensión influencias paternas  $\omega=84$ , dimensión expectativa de logro  $\omega=0.84$  y la dimensión organización  $\omega=0.84$ .

La interpretación de los puntajes se realizó en tres niveles: bajo, medio y alto perfeccionismo, según la distribución de los resultados en la muestra.

### Escala de Procrastinación académica de Busko (EPA)

La EPA fue creada por Busko (1998) con la finalidad de medir a la autoeficacia académica a partir de dos dimensiones, siendo estas: la autorregulación académica y la postergación de actividades. Este cuestionario cuenta con 12 ítems cuyas respuestas están orientadas a la escala Likert de cinco opciones de respuesta, siendo estas: siempre (5), casi siempre (4), a veces (3), casi nunca (2) y nunca (1).

Domínguez et al. (2014) adaptó la escala al contexto peruano, obteniendo adecuados índices de confiabilidad:  $\alpha$  total = .816, autorregulación académica  $\alpha$  = .821, postergación académica  $\alpha$  = .752; además, coeficientes Omega de .829 y .794 respectivamente. El análisis factorial confirmatorio confirmó la estructura bifactorial ( $\chi^2$  = 176.3; CFI = 1; GFI = .97; AGFI = .96; RMR = .064; RMSEA = .078).

La interpretación se realizó en tres niveles: baja, media y alta procrastinación, considerando los puntajes obtenidos en cada dimensión y en la escala total. Por otro lado, en cuanto a las evidencias de validez, se efectuó el análisis factorial exploratorio mediante los mínimos cuadrados y se evidenció que en el primer modelo (unidimensional) el factor explicó 34.41% de la varianza total, y en el segundo modelo (bidimensionalidad), los factores de modo conjunto explicaron el 49.55% de la varianza total del instrumento, correspondiendo un 34.41% al primer factor y un 15.14% al segundo factor. En este aspecto, se efectuó el análisis factorial confirmatorio, confirmándose así la bifactorialidad ( $\chi^2=176.3$ , CFI=1, GFI=.97, AGFI=.96, RMR= .064, RMSEA= .078).

La prueba piloto permitió identificar la consistencia interna de los ítems, garantizando la validez del instrumento antes de su aplicación definitiva. Los resultados obtenidos mediante el coeficiente Alfa de Cronbach evidenciaron valores adecuados de

confiabilidad: 0.753 para la escala de perfeccionismo y 0.812 para la de procrastinación académica, los cuales superan el umbral mínimo de 0.70 recomendado por los estándares psicométricos. Estos resultados indican que ambos instrumentos presentan una buena consistencia interna, asegurando la estabilidad y precisión de las mediciones realizadas en el estudio.

Con respecto al procesamiento de datos, en primer lugar, para la recolección de datos, se procedió adecuar los instrumentos a la versión virtual, mediante el formulario de Google Forms, el cual permitió compartir mediante un link al momento de la evaluación. Una vez culminada la aplicación de los cuestionarios, se procedió a descargar la información en formato Excel. En segundo lugar, se realizó la organización de datos, codificación e inversión de los ítems, cargando esta base de datos al software SPSS en su versión 27. En tercer lugar, a través de este software, se analizó a nivel descriptivo e inferencial. En la parte descriptiva, se obtuvieron datos, que fueron presentados mediante tablas de frecuencia y de porcentajes. Posteriormente, para determinar la distribución de los datos se aplicó la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov por el tamaño de la muestra grande de 320 participantes. De acuerdo con los resultados, se seleccionó la prueba de correlación más adecuada para analizar la relación entre variables y dimensiones, debido a que se mostraron una distribución anormal, por el cual se calculó la prueba de hipótesis con el estadígrafo Rho de Spearman; para el análisis estadístico valorando un nivel de significancia de 0.05 y confianza 0.95.

Sobre la sección de aspectos éticos, en el desarrollo de esta investigación, se consideró:

American Psychological Association ([APA], 2010) considera cinco principios éticos al momento de realizar un estudio, la beneficencia que garantiza que el bienestar del participante, no maleficencia que asegura la protección y seguridad de los estudiantes contra cualquier daño físico o emocional, la autonomía donde cada participante es libre de tomar la decisión de participar o retirarse en cualquier momento, el consentimiento informado de los estudiantes para obtener la información y para el procesamiento de los datos, y la integridad que garantiza que los datos obtenidos no fueron alterados, evitando fraude o plagio.

Por su parte el Colegio de Psicólogos del Perú ([CPsP], 2024) menciona siete principios éticos en la investigación: respeto por la dignidad de las personas y sus derechos, beneficencia y no maleficencia, integridad, justicia, consentimiento informado, confidencialidad y anonimato, responsabilidad social este hace referencia a la responsabilidad que tuvo el investigador al realizar su estudio que sea relevante y contribuya con el bienestar social.

Por último, esta investigación también se consideró los principios éticos establecidos por la Universidad Privada del Norte ([UPN], 2024), donde establece que como investigadores en todo momento se debe velar por los principios y derechos de los participantes.

### CAPÍTULO III: RESULTADOS

En los resultados inferenciales se procesó la prueba de normalidad

**Tabla 1**

*Normalidad o paramétrica*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Perfeccionismo	.420	320	.000
Miedo a los errores	.362	320	.000
Influencias paternas	.352	320	.000
Expectativas de logro	.266	320	.000
Organización	.322	320	.000
Procrastinación	.299	320	.000
Autorregulación académica	.284	320	.000
Postergación de actividades	.223	320	.000

Mediante el estadístico Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup> por tener muestra grande que supera a 50 elementos, se evidenció el valor de significancia  $0.000 < 0.05$  por lo que se asume los datos no están dentro de la normalidad; también, por ser de escala ordinal se consideró para la prueba de hipótesis el Rho Spearman.

De acuerdo al objetivo general, determinar la relación entre el perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

Hipótesis nula (H<sub>0</sub>)

No existe una relación estadísticamente significativa entre el perfeccionismo y la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

Hipótesis alterna (H<sub>a</sub>)

Existe una relación estadísticamente significativa entre el perfeccionismo y la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

## Tabla 2

### *Prueba de hipótesis entre perfeccionismo y la procrastinación*

		Perfeccionismo Procrastinación		
Rho	Perfeccionismo	Coefficiente de correlación	1.000	.419
Spearman		Sig. (bilateral)	.	.000
	Procrastinación	Coefficiente de correlación	.419	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	.
		N	320	320

Se evidencia el valor  $p = 0.000 < 0.05$  que representa aceptar la hipótesis alterna y rechazar la nula, con  $\rho = 0.419$  lo que señala la intensidad positiva moderada, sobre  $n =$  muestra de 320 participantes. Respecto a lo referido, se asume que el perfeccionamiento tiene una relación directa moderada con la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025. Lo que implica que, a medida que aumentan los niveles de perfeccionismo, también tienden a incrementarse los niveles de procrastinación.

Con respecto al objetivo específico 1, determinar la relación entre la dimensión miedo a los errores y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

Hipótesis nula ( $H_0$ )

No existe relación entre la dimensión miedo a los errores y la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

Hipótesis alterna ( $H_a$ )

Existe relación entre la dimensión miedo a los errores y la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

**Tabla 3**

*Prueba de hipótesis entre dimensión miedo a los errores y la procrastinación*

		Miedo a los errores Procrastinación		
Rho de	Miedo a los	Coefficiente de correlación	1.000	.266
Spearman	errores	Sig. (bilateral)	.	.000
	Procrastinación	Coefficiente de correlación	.266	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	.
		N	320	320

Se evidencia el valor  $p = 0.000 < 0.05$  que representa aceptar la hipótesis alterna y rechazar la nula,  $\rho = 0.266$  lo que señala la intensidad positiva baja, sobre  $n =$  muestra de 320 participantes; de los referido, se asume que la dimensión miedo a los errores tiene relación directa baja con la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología una universidad privada de Lima Metropolitana 2025. Es decir, a mayor miedo a cometer errores, se observa un ligero incremento en la tendencia a postergar las actividades académicas. Apreciando que, aunque el miedo al fracaso influye en la procrastinación, su impacto no es determinante, posiblemente debido a otros factores como la autoeficacia o la gestión del tiempo.

Con respecto al objetivo específico 2, determinar la relación entre la dimensión influencias paternas y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

Hipótesis nula (H<sub>0</sub>)

No existe relación entre la dimensión influencias paternas y la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

Hipótesis alterna (H<sub>a</sub>)

Existe relación entre la dimensión influencias paternas y la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

**Tabla 4**

*Prueba de hipótesis entre dimensión influencias paternas y la procrastinación*

		Influencias		
			paternas	Procrastinación
Rho de	Influencias	Coeficiente de correlación	1.000	.222
Spearman	paternas	Sig. (bilateral)	.	.000
	Procrastinación	Coeficiente de correlación	.222	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	.
		N	320	320

Se evidencia el valor  $p = 0.000 < 0.05$  que representa aceptar la hipótesis alterna y rechazar la nula,  $\rho = 0.222$  lo que señala la intensidad positiva baja, sobre  $n =$  muestra de 320 participantes; de los referido, se asume que la dimensión influencias paternas tiene relación directa baja con la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025. Asumiendo que, aunque la percepción de altas exigencias o expectativas parentales se asocia con un ligero aumento

en la postergación de tareas académicas, dicha relación no es fuerte. Este escenario conlleva que las influencias paternas inciden de manera limitada en la tendencia a procrastinar, posiblemente mediadas por factores como la autonomía personal o las estrategias de afrontamiento.

Con respecto al objetivo específico 3, determinar la relación entre la dimensión expectativas de logro y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

Hipótesis nula ( $H_0$ )

No existe relación entre la dimensión expectativas de logro y la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

Hipótesis alterna ( $H_a$ )

Existe relación entre la dimensión expectativas de logro y la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

**Tabla 5**

*Prueba de hipótesis entre dimensión expectativas de logro y la procrastinación*

		Expectativas de logro		Procrastinación	
Rho de Spearman	Expectativas de logro	Coefficiente de correlación	de	1.000	.106
					Sig. (bilateral)
					0.008
	Procrastinación	Coefficiente de correlación	de	.106	1.000
					Sig. (bilateral)
				.008	.
		N		320	320

Se evidencia el valor  $p = 0.008 < 0.05$  que representa aceptar la hipótesis alterna y rechazar la nula,  $\rho = 0,106$  lo que señala la intensidad positiva muy baja, sobre  $n =$  muestra de 320 participantes; de los referido, se asume que la dimensión expectativa de logro tiene relación directa muy baja con la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025. En ese sentido, el nivel de aspiraciones o metas personales influye de manera mínima en la tendencia a postergar tareas. Este resultado muestra que, aunque el deseo de alcanzar altos logros se asocia con la procrastinación, dicha relación carece de fuerza significativa.

Con respecto al objetivo específico 4, determinar la relación entre la dimensión organización y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.

Hipótesis nula (H<sub>0</sub>)

No existe relación entre la dimensión organización y la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

Hipótesis alterna (H<sub>a</sub>)

Existe relación entre la dimensión organización y la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

**Tabla 6**

*Prueba de hipótesis entre dimensión organización y la procrastinación*

			Organización	Procrastinación
Rho de	Organización	Coefficiente de correlación	1.000	.174
Spearman		Sig. (bilateral)	.	.002
	Procrastinación	Coefficiente de correlación	.174	1.000
		Sig. (bilateral)	.002	.
		N	320	320

Se evidencia el valor  $p = 0.002 < 0.05$  que representa aceptar la hipótesis alterna y rechazar la nula,  $\rho = 0.174$  lo que señala la intensidad positiva muy baja, sobre  $n =$  muestra de 320 participantes; de los referido, se asume que la dimensión organización tiene relación directa muy baja con la procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025. En consecuencia, el nivel de orden y planificación personal de los estudiantes influye de manera limitada en

su tendencia a postergar tareas. Aunque los estudiantes con menor organización pueden presentar mayores niveles de procrastinación, la relación no es fuerte.

Respecto al objetivo específico 5, se disgregan en cuatro puntos. En primer lugar, se observa que de los 320 estudiantes evaluados (81.9%) presentan un nivel medio de perfeccionismo, lo que sugiere una tendencia hacia la autoexigencia moderada y el cumplimiento responsable de sus metas académicas. Un 10.3% evidenció un nivel bajo, reflejando posiblemente menor motivación o estándares personales poco definidos, mientras que solo un 7.9% mostró un nivel alto, asociado a un perfeccionismo potencialmente desadaptativo. Estos resultados indican que la población estudiantil mantiene un equilibrio entre el esfuerzo y la autocrítica, aunque una minoría podría enfrentar riesgos emocionales vinculados a la sobre exigencia o al miedo al error (ver tabla 7 y figura 1).

**Tabla 7**

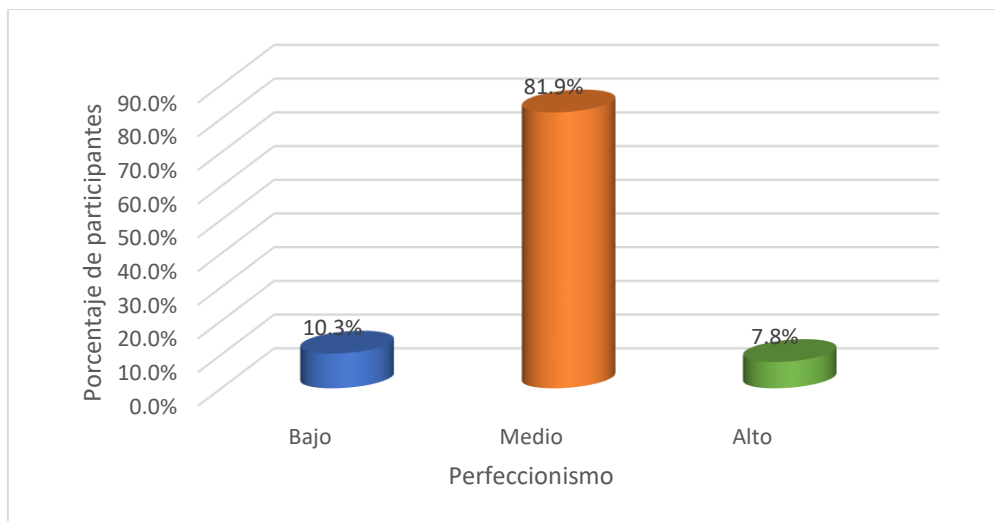
*Perfeccionismo en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025*

Perfeccionismo	f	%
Bajo	33	10.3
Medio	262	81.9
Alto	25	7.8

*Nota.* La muestra que se consideró fue 320 participantes

**Figura 1**

*Perfeccionismo en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025*



En segundo lugar, se observa que de los 320 estudiantes presenta niveles regulares en las dimensiones del perfeccionismo, destacando el miedo a los errores (70.3%) y las influencias paternas (65.3%) como los factores más predominantes. Esto sugiere que gran parte de los estudiantes mantiene una preocupación moderada por equivocarse y percibe cierta presión o expectativas familiares respecto a su desempeño académico. Asimismo, el 51.3% mostró un nivel regular en expectativas de logro y el 64.1% en organización,

evidenciando un equilibrio entre la planificación y la autoexigencia. En conjunto, los datos reflejan un perfeccionismo de carácter moderado y multifactorial, influido tanto por aspectos personales como contextuales (ver tabla 8 y figura 2).

**Tabla 8**

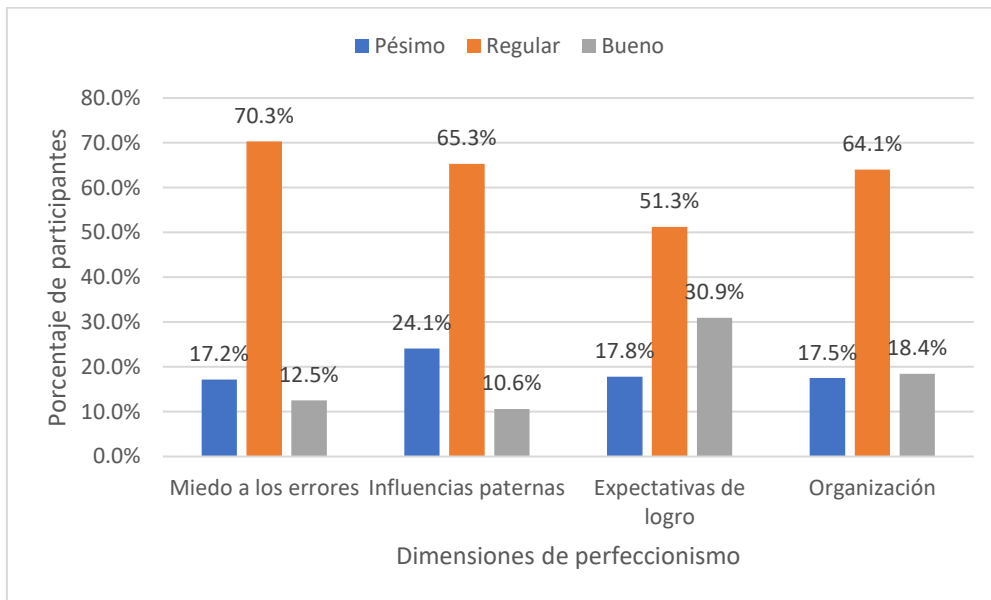
*Dimensiones de perfeccionismo en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025*

Niveles	Dimensiones de perfeccionismo							
	Miedo a los errores		Influencias paternas		Expectativas de logro		Organización	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Pésimo	55	17.2	77	24.1	57	17.8	56	17.5
Regular	225	70.3	209	65.3	164	51.3	205	64.1
Bueno	40	12.5	34	10.6	99	30.9	59	18.4

*Nota.* La muestra que se consideró fue 320 participantes

**Figura 2**

*Dimensiones de perfeccionismo en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025*



En tercer lugar, se observa que, una mayoría significativa presenta niveles elevados de procrastinación académica, con un 56.3% en nivel alto y un 20.9% en nivel muy alto. Estos resultados evidencian una tendencia preocupante hacia la postergación de tareas académicas, lo que puede afectar negativamente el rendimiento y la gestión del tiempo. En contraste, solo un 19.7% reporta un nivel bajo y un 3.1% muy bajo, lo que indica que la minoría logra mantener hábitos de estudio adecuados. En conjunto, los datos sugieren que la procrastinación constituye un problema frecuente entre los universitarios, asociado posiblemente a factores emocionales y de autoexigencia propios del perfeccionismo (ver tabla 9 y figura 3).

**Tabla 9**

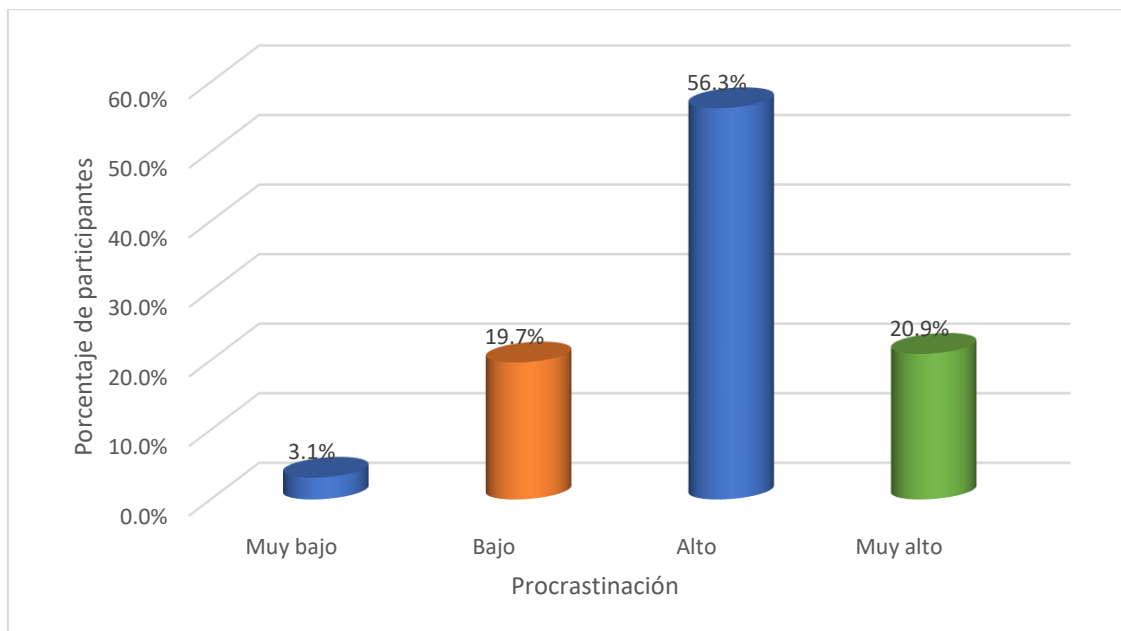
*Procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025*

Procrastinación	f	%
Muy bajo	10	3.1
Bajo	63	19.7
Alto	180	56.3
Muy alto	67	20.9

*Nota.* La muestra que se consideró fue 320 participantes

**Figura 3**

*Procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025*



Finalmente, se observa un 53.8% de los encuestados presentan un nivel alto en autorregulación académica, mientras que un 37.2% alcanzan un nivel muy alto en

postergación de actividades. Estos datos evidencian una contradicción entre la capacidad de planificación y el aplazamiento de tareas, lo que sugiere dificultades en la gestión efectiva del tiempo y el control del comportamiento académico. La coexistencia de ambas tendencias refleja posibles conflictos internos asociados al perfeccionismo, donde la búsqueda de resultados ideales puede derivar en evitación o demora de responsabilidades. En conjunto, los hallazgos resaltan la necesidad de estrategias de intervención psicológica y pedagógica que fortalezcan la autorregulación y reduzcan la procrastinación (ver tabla 10 y figura 4).

**Tabla 10**

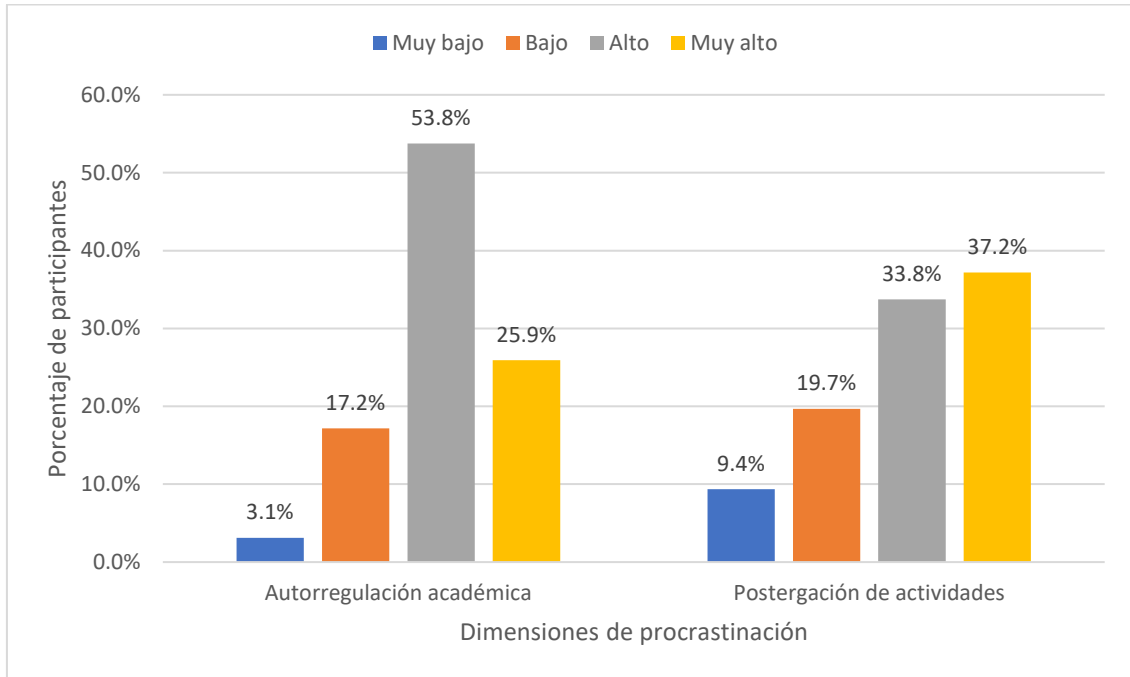
*Dimensiones de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025*

Niveles	Dimensiones de procrastinación			
	Autorregulación académica		Postergación de actividades	
	f	%	f	%
Muy bajo	10	3.1	30	9.4
Bajo	55	17.2	63	19.7
Alto	172	53.8	108	33.8
Muy alto	83	25.9	119	37.2

*Nota.* La muestra que se consideró fue 320 participantes

**Figura 4**

*Dimensiones de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025*



## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En el presente capítulo se exponen la discusión de resultados obtenidos a partir del análisis estadístico de los datos recolectados y las conclusiones, en coherencia con los objetivos planteados. Previamente, se evaluó la distribución de los datos mediante la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, considerando el tamaño muestral ( $n = 320$ ). Los resultados evidenciaron valores de significancia menores a 0.05 en todas las variables y dimensiones analizadas, lo que indica una distribución no normal. En consecuencia, se empleó el estadígrafo no paramétrico Rho de Spearman para la contrastación de hipótesis.

Respecto al objetivo general, el determinar la relación entre el perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025. A través del Rho de Spearman se evidencia un valor  $p = 0.000 < 0.05$  permitiendo aceptar la hipótesis alterna y rechazar la nula. Asimismo, se determinó  $\rho = .419$  indicando una relación positiva de intensidad moderada entre ambas variables. Esto implica que, a medida que los estudiantes presentan mayores niveles de perfeccionismo, tienden también a incrementar sus conductas de procrastinación académica, especialmente cuando los estándares personales son excesivos y el temor al error se intensifica. En ese sentido, los estudiantes con estándares excesivamente altos podrían retrasar sus tareas por buscar condiciones ideales para actuar. Así, el perfeccionismo se configura como un factor que contribuye de manera relevante a la procrastinación en el ámbito universitario. En ese sentido se comparó con Quispe (2020) quién obtuvo una relación positiva y significativa entre el estrés académico y la

procrastinación académica, así como entre los factores estresores y los síntomas con dimensiones de procrastinación como "falta de energía y autocontrol", "perfeccionismo", "ansiedad a la evaluación" y "poca asertividad y confianza". Asimismo, con Yupanqui (2024) reportó en sus resultados que existe una relación directa significativa, pero de baja intensidad entre procrastinación académica y estrés académico ( $r = 0.258$ ,  $p = 0.009 < 0.05$ ). Se concluye que, a mayor procrastinación académica, mayor estrés académico, aunque con una relación de baja intensidad. De lo expuesto se concluye que existe una relación positiva de intensidad moderada entre el perfeccionismo y la procrastinación académica ( $\rho = .419$ ;  $p = .000$ ). Este hallazgo indica que los estudiantes con mayores niveles de autoexigencia tienden a postergar sus actividades académicas, principalmente por la búsqueda de estándares excesivamente elevados y el temor al error. Según Flett y Hewitt (2002) señalan que el perfeccionismo desadaptativo genera pensamientos autocríticos y miedo al fracaso, lo que impulsa a evitar tareas hasta sentirse completamente preparados. Esta tendencia se traduce en un círculo vicioso, donde la presión por alcanzar la excelencia obstaculiza la productividad. En contextos universitarios altamente competitivos, la comparación constante con los pares intensifica el estrés y la indecisión, lo que refuerza la asociación entre perfeccionismo y procrastinación académica. Así, el perfeccionismo desadaptativo se configura como un factor que compromete la eficiencia y deteriora el bienestar psicológico de los estudiantes.

Con respecto al primer objetivo específico, determinar la relación entre la dimensión miedo a los errores y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025. A través del estadístico Rho de Spearman se evidencia un valor  $p = 0.000 < 0.05$  permitiendo aceptar

la hipótesis alterna y rechazar la nula. Asimismo, se determinó  $\rho = .266$ ; lo que señala una intensidad positiva baja entre la dimensión y variable estudiada. Se comprende que, aunque la relación no es fuerte, los estudiantes que temen cometer errores tienden a postergar sus actividades académicas. El miedo puede generar evitación, duda o inseguridad, afectando la disposición para iniciar o completar tareas. En conjunto, esta dimensión contribuye de manera ligera pero relevante a la procrastinación. De ello se contrastó con Sudirman et al. (2023) observaron que el perfeccionismo se asocia significativamente de manera negativa con la procrastinación ( $r = -.522$ ;  $p < .001$ ). También, de manera parcial con Echeandia (2022) asumen que los resultados indicaron que 8 estudios encontraron una correlación positiva y significativa entre el estrés y la procrastinación académica, mientras que 2 investigaciones hallaron una correlación negativa. Se concluyó que, si bien la procrastinación y el estrés tienen un impacto significativo en los estudiantes universitarios, su relación puede variar dependiendo del contexto temporal, social, familiar y educativo. De sus resultados, se puede inferir que, la relación directa baja entre el miedo a los errores y la procrastinación ( $Rho = .300$ ;  $p = .000$ ) indica que, aunque no es un factor dominante, el temor a fallar influye en la postergación de las tareas académicas. Según Frost et al. (1990) sostienen que el miedo a cometer errores constituye una de las dimensiones más relevantes del perfeccionismo y genera ansiedad anticipatoria frente a la posibilidad de no cumplir con las expectativas. Este tipo de pensamiento conduce a la evitación de situaciones evaluativas, incrementando la procrastinación. En el ámbito universitario, los estudiantes que temen equivocarse pueden dedicar tiempo excesivo a planificar sin ejecutar, paralizados por la inseguridad. Además, la cultura del rendimiento y la crítica académica refuerzan este

patrón de comportamiento. Así, el miedo a los errores, aunque moderado, afecta la confianza y la acción efectiva.

De acuerdo con el segundo objetivo específico, se determinó la relación entre la dimensión influencias paternas y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en 2025. El análisis mediante Rho de Spearman evidenció un valor  $p = 0.000 < 0.05$  y un coeficiente rho = .222, lo que indica una relación positiva de baja intensidad. Esto sugiere que las expectativas parentales y las presiones familiares, aunque con impacto limitado, contribuyen a la postergación de tareas académicas. Al contrastar estos hallazgos, Cruz (2024) reportó ausencia de relación significativa entre procrastinación y estrés académico, aunque identificó niveles medios de ambos fenómenos, lo que evidencia la influencia de factores contextuales. Por su parte, Huang et al. (2023) encontró que el perfeccionismo adaptativo se correlaciona negativamente con la procrastinación ( $r = -.475$ ;  $p < .01$ ), mostrando que ciertos rasgos pueden actuar como protectores. Asimismo, antecedentes como los de Broberg et al. (2025) informaron una correlación baja entre influencias paternas y procrastinación (rho = .237;  $p = .000$ ), lo que coincide parcialmente con los resultados de este estudio. En concordancia con Blatt (1995), los modelos familiares excesivamente exigentes generan dependencia del reconocimiento externo y temor a decepcionar, favoreciendo conductas de evitación y retraso. En contextos donde el éxito académico se asocia con aprobación familiar, los estudiantes pueden desarrollar una autoimagen condicionada al logro y menor capacidad de autorregulación. De este modo, las influencias paternas, aunque no determinantes, moldean actitudes frente al desempeño y la responsabilidad académica.

En relación con el tercer objetivo específico, se determinó la asociación entre la dimensión expectativas de logro y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en 2025. El análisis mediante Rho de Spearman evidenció un valor  $p = 0.008 < 0.05$  y un coeficiente  $\rho = 0.106$ , lo que indica una relación positiva muy baja. Esto sugiere que, aunque el vínculo es débil, los estudiantes con mayores expectativas de alcanzar buenos resultados pueden igualmente postergar algunas tareas, ya sea por confiar en que podrán cumplir más adelante o por esperar condiciones ideales para rendir mejor. Al contrastar estos hallazgos, Sánchez (2024) reportó resultados divergentes en la relación entre estrés y procrastinación, lo que refleja la influencia de factores contextuales y metodológicos. De manera complementaria, Galarregui y Keegan (2024) evidenciaron que la procrastinación se relaciona negativamente con las dimensiones de “altos estándares” y “orden”, pero positivamente con la “discrepancia”, mostrando que las metas desproporcionadas pueden intensificar la postergación. En antecedentes similares se informó una correlación baja entre expectativas de logro y procrastinación ( $\rho = .261$ ;  $p = .000$ ), lo que coincide parcialmente con los resultados de este estudio. En concordancia con Bandura (1997), las expectativas y creencias de autoeficacia influyen en la conducta de logro, pero cuando las metas son excesivas pueden generar inseguridad, estrés y dudas sobre la propia capacidad. En contextos académicos altamente competitivos, esta discrepancia entre lo esperado y lo posible puede derivar en frustración y menor motivación, favoreciendo la procrastinación. Por tanto, la regulación realista de las expectativas se configura como un elemento clave para prevenir la postergación académica.

En relación con el cuarto objetivo específico, se determinó la asociación entre la dimensión organización y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en 2025. El análisis mediante Rho de Spearman evidenció un valor  $p = 0.002 < 0.05$  y un coeficiente  $\rho = 0.174$ , lo que indica una relación positiva de baja intensidad. Esto sugiere que los estudiantes con menor nivel de organización personal tienden a postergar sus actividades académicas, aunque con un impacto limitado. Al contrastar estos hallazgos, Torres y Canales (2021) encontraron que el perfeccionismo auto-orientado y socialmente prescrito se relaciona significativamente con el estrés académico, mientras que las estrategias de afrontamiento mostraron una correlación inversa, lo que evidencia la importancia de habilidades de autorregulación. De manera similar, antecedentes reportaron una correlación baja entre organización y procrastinación ( $\rho = .231$ ;  $p = .000$ ), lo que coincide parcialmente con los resultados de este estudio. En concordancia con Steel (2007), la procrastinación surge de déficits en la autorregulación, donde la desorganización y la ausencia de metas claras dificultan el inicio de las tareas y favorecen la gratificación inmediata. Este patrón genera acumulación de actividades y estrés, reduciendo la eficacia académica. Por ello, fortalecer las habilidades organizativas y establecer rutinas de estudio coherentes se configura como una medida preventiva frente a la procrastinación, ya que la organización actúa como una herramienta de autocontrol y eficiencia en el desempeño universitario.

Finalmente, respecto al quinto objetivo específico, se determinó la predominancia de los niveles de perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en 2025. Los resultados muestran que el 81.9% de los 320 participantes presenta un nivel medio de perfeccionismo, reflejando

una autoexigencia moderada y equilibrio entre responsabilidad y autocrítica; mientras que el 10.3% reporta niveles bajos y el 7.8% altos. En las dimensiones, el miedo a los errores (70.3%) y las influencias paternas (65.3%) fueron los factores más predominantes, evidenciando preocupación por equivocarse y presión familiar en el rendimiento académico. En cuanto a la procrastinación, el 56.3% evidenció un nivel alto y el 20.9% muy alto, lo que revela una tendencia significativa a postergar tareas, mientras que solo el 22.8% mantiene hábitos de estudio adecuados. Asimismo, un 53.8% mostró alta autorregulación académica, coexistiendo con un 37.2% que presentó elevada postergación de actividades, lo que refleja conflictos en la gestión del tiempo y el control conductual. Estos hallazgos sugieren una conexión entre perfeccionismo desadaptativo y procrastinación, donde el temor al error y la presión externa pueden derivar en evasión de responsabilidades académicas. En la misma línea, Cruz (2024) encontró que, aunque no hubo relación significativa entre procrastinación y estrés académico, ambos fenómenos se manifestaron en niveles promedio y afectaron el desempeño estudiantil. En conjunto, los resultados de este estudio evidencian que el miedo a fallar y las exigencias familiares incrementan la procrastinación, comprometiendo la efectividad académica y el bienestar emocional de los estudiantes.

Con respecto a las limitaciones

El presente estudio presenta algunas limitaciones que deben ser consideradas al interpretar sus resultados. En primer lugar, el diseño no experimental y de alcance correlacional impide establecer relaciones causales entre el perfeccionismo y la procrastinación académica, limitándose únicamente a identificar asociaciones. Asimismo, la muestra estuvo conformada por estudiantes de una sola universidad privada de Lima

Metropolitana, lo que reduce la posibilidad de generalizar los hallazgos a otras instituciones o contextos académicos. Otra limitación radica en el uso de instrumentos de autoinforme, los cuales pueden estar sujetos a sesgos de deseabilidad social o respuestas poco reflexivas. Finalmente, variables no controladas como estrés académico, carga laboral, apoyo familiar o estrategias de estudio podrían haber influido en las respuestas de los participantes, por lo que se recomienda considerarlas en futuras investigaciones.

#### Sobre las implicancias

El estudio aporta al campo teórico al profundizar en la comprensión de la relación entre el perfeccionismo particularmente sus dimensiones adaptativas y desadaptativas y la procrastinación académica en estudiantes de Psicología. Al integrar modelos contemporáneos de autorregulación, exigencia personal y manejo del rendimiento académico, la investigación actualiza y enriquece el marco conceptual existente, proporcionando evidencia empírica contextualizada al entorno universitario de Lima Metropolitana en 2025.

En el ámbito práctico, la investigación ofrece información clave para el diseño de estrategias institucionales orientadas a disminuir la procrastinación académica. Los resultados permitirán desarrollar programas de intervención, talleres de habilidades de estudio, orientación psicológica y acciones preventivas dirigidas a estudiantes con rasgos perfeccionistas que tienden a la postergación. De esta manera, la universidad podrá optimizar el desempeño académico y promover hábitos de organización eficientes.

A nivel social, el estudio contribuye al bienestar estudiantil y al fortalecimiento de la salud mental universitaria. Al identificar cómo el perfeccionismo influye en la

procrastinación, se genera conocimiento que puede guiar acciones para reducir el estrés, la presión académica y las dificultades emocionales asociadas a ambos fenómenos. Esto favorece el desarrollo integral de los estudiantes y aporta a la formación de futuros profesionales más equilibrados y capaces de gestionar adecuadamente sus demandas académicas y personales.

En el ámbito metodológico, la investigación ofrece un modelo de estudio cuantitativo de nivel correlacional que puede servir de referencia para futuras investigaciones en contextos educativos. El uso de un diseño no experimental, junto con instrumentos validados para medir perfeccionismo y procrastinación académica, aporta rigurosidad y replicabilidad. Además, fortalece la evidencia estadística sobre la relación entre ambas variables, permitiendo contrastar teorías y orientar nuevas líneas de investigación con mayor precisión, lo que servirá como precedente para futuras investigaciones.

Se llegó a las conclusiones siguientes:

Se confirmó una relación positiva moderada entre perfeccionismo y procrastinación académica ( $\rho = .419$ ;  $p = .000$ ), respaldando la hipótesis alterna y evidenciando que mayores niveles de autoexigencia incrementan la postergación de tareas. Este hallazgo coincide con Quispe (2020), quien reportó vínculos significativos entre estrés académico y procrastinación.

Se identificó una relación positiva baja entre el miedo a cometer errores y la procrastinación académica ( $\rho = .266$ ;  $p = .000$ ), mostrando que la inseguridad y el temor al fracaso influyen en el retraso de actividades. Este resultado se alinea parcialmente con

Sudirman et al. (2023), quienes hallaron asociaciones entre rasgos de perfeccionismo y conductas procrastinadoras.

Se comprobó que las influencias paternas guardan una relación positiva baja con la procrastinación ( $\rho = .222$ ;  $p = .000$ ), indicando que las expectativas familiares contribuyen a la postergación de tareas. Este hallazgo coincide parcialmente con Galarregui y Keegan (2024), quienes identificaron relaciones entre factores de perfeccionismo y procrastinación en universitarios.

Se estableció que las expectativas de logro se relacionan de manera muy baja con la procrastinación ( $\rho = .106$ ;  $p = .008$ ), confirmando que las metas personales elevadas tienen un impacto limitado en la postergación académica. Este resultado se vincula con lo expuesto por Echeandía (2022), quien señaló que la relación entre estrés y procrastinación varía según factores contextuales, sociales y educativos.

Se confirmó que la organización personal se asocia de forma positiva baja con la procrastinación ( $\rho = .174$ ;  $p = .002$ ), evidenciando que menores niveles de planificación favorecen la postergación de actividades. Este hallazgo coincide parcialmente con Yupanqui (2024), quien concluyó que, a mayor procrastinación, mayor estrés académico, aunque con baja intensidad.

Finalmente, se evidenció que el 81.9% de los estudiantes presenta un nivel medio de perfeccionismo, mientras que el 56.3% muestra un nivel alto y el 20.9% muy alto de procrastinación, reflejando una predominancia significativa de conductas procrastinadoras en la muestra. Estos resultados se contrastan con Cruz (2024), quien halló que, aunque no hubo relación significativa entre procrastinación y estrés académico,

ambos fenómenos se manifestaron en niveles promedio y afectaron el desempeño estudiantil.

Se asumieron las siguientes recomendaciones:

Que el equipo de investigadores, en coordinación con el Departamento de Bienestar Universitario y la Escuela Profesional de Psicología, implementen en el corto plazo talleres de autorregulación emocional y manejo del perfeccionismo dirigidos a los estudiantes universitarios, con el propósito de reducir la tendencia a la procrastinación académica. Estas intervenciones deberán enfocarse en promover la aceptación del error como parte del proceso de aprendizaje y en fomentar el establecimiento de metas realistas y alcanzables. Su ejecución se sugiere durante un semestre académico, garantizando la viabilidad institucional y el acompañamiento docente continuo.

Se sugiere que el Departamento de Bienestar Universitario, desarrolle programas de acompañamiento psicológico durante un periodo semestral, orientados a disminuir el miedo a los errores y fortalecer la confianza académica de los estudiantes. Las sesiones deberán incluir técnicas de afrontamiento emocional, reestructuración cognitiva y fortalecimiento de la autoeficacia. Esta intervención es viable y sostenible, ya que puede integrarse dentro de los servicios de tutoría universitaria existentes, promoviendo así un entorno educativo más saludable y orientado al bienestar estudiantil.

Se recomienda que la Escuela Profesional de Psicología y el área de Responsabilidad Social Universitaria, realice talleres de orientación familiar a lo largo de un ciclo académico. El propósito es sensibilizar a los padres sobre el impacto de sus expectativas en el desempeño académico y emocional de sus hijos, fomentando una

comunicación empática y un apoyo afectivo libre de presiones por el rendimiento. Esta propuesta resulta factible y pertinente, ya que puede integrarse dentro de los programas institucionales de acompañamiento familiar y bienestar estudiantil, fortaleciendo el vínculo entre la universidad, los estudiantes y sus familias.

Se sugiere que los tutores académicos, implementen estrategias motivacionales a lo largo de un semestre académico. Estas deberán incluir el establecimiento de metas realistas, planes de acción personalizados y seguimiento continuo, con el fin de equilibrar las expectativas de logro con las capacidades y ritmos individuales de los estudiantes. La propuesta es viable y sostenible, pues puede desarrollarse dentro de las tutorías académicas regulares, contribuyendo a reducir la procrastinación asociada al exceso de autoexigencia y a fortalecer la motivación intrínseca del estudiante.

Se recomienda en articulación con la Oficina de Tutoría Académica y la Escuela Profesional correspondiente, desarrolle capacitaciones en gestión del tiempo y técnicas de organización académica durante el transcurso de un semestre. Estas actividades deberán orientarse a fortalecer la planificación diaria, el uso eficiente del tiempo y la priorización de tareas en los estudiantes universitarios. Las sesiones pueden impartirse en modalidad virtual o presencial, facilitando la participación de toda la comunidad estudiantil. Su implementación es viable y de bajo costo, ya que puede integrarse dentro de los programas institucionales de desarrollo y acompañamiento académico.

A los investigadores que desarrollen investigaciones experimentales donde haya implementación, en periodos académicos determinados, programas de orientación y talleres de gestión del tiempo dirigidos a los estudiantes, con el fin de fortalecer la

autorregulación y reducir los niveles de procrastinación. Estas acciones deben ser viables dentro del contexto universitario, promoviendo estrategias de afrontamiento frente al perfeccionismo y el miedo al error, lo que contribuirá a mejorar el rendimiento académico y el bienestar emocional de los participantes.

## REFERENCIAS

- Alegre, A. y Benavente, D. (2020). Análisis Psicométrico de la Escala adaptada de Procrastinación de Tuckman (APTS). *Propósitos y Representaciones*, 8(2), e562. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2307-79992020000300033](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992020000300033)
- American Psychological Association (2010). *Procrastination or “intentional delay”?*. American Psychological Association. <https://www.apa.org/gradpsych/2010/01/procrastination>
- American Psychological Association (2022). *Student mental health is in crisis. Campuses are rethinking their approach.* <https://www.apa.org/monitor/2022/10/mental-health-campus-care>
- Atalaya, C. y García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378. [https://www.researchgate.net/publication/339542491\\_Procrastinacion\\_Revision\\_Teorica](https://www.researchgate.net/publication/339542491_Procrastinacion_Revision_Teorica)
- Arias, F. (2020). *El proyecto de investigación científica*. Editorial Episteme. [https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf-1.pdf?utm\\_source=chatgpt.com](https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf-1.pdf?utm_source=chatgpt.com)
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman. [https://archive.org/details/selfefficacyexer0000band/page/n5/mode/2up?utm\\_source=chatgpt.com](https://archive.org/details/selfefficacyexer0000band/page/n5/mode/2up?utm_source=chatgpt.com)
- Baena, G. (2017). *Metodología de la investigación*. Grupo editorial Patria. 3ra edición. [http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/metodologia%20de%20la%20investigacion.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/metodologia%20de%20la%20investigacion.pdf)

- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50(12), 1003–1020.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8561378/>
- Belloch et al. (2010). La evaluación del perfeccionismo: utilidad de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo en población española. *Análisis y Modificación de Conducta*, 36(153), 49-65.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3195981>
- Broberg, A., Pérez, A. y Sánchez, L. (2025). Relación entre el perfeccionismo y la procrastinación académica en estudiantes universitarios en República Dominicana. *Revista Caribeña de Psicología*, 9(1), e8081.  
<https://revistacaribenadepsicologia.com/index.php/rcp/article/view/8081>
- Burgos-Torre, K., y Salas-Blas, E. (2020). Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones*, 8(3), e790. doi:  
<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.790>
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model* [Tesis de maestría]. University of Guelph. Guelph, Ontario. <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download> Doi:  
10.1.1.456.4450yrep=replytype=pdf
- Cárdenas, P., y López, M. (2022). Relación entre perfeccionismo y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*, 25(2), 145–156. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v25i2.22941>
- Curran, T., y Hill, A. P. (2019). *Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016*. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410–429. <https://doi.org/10.1037/bul0000138>.  
<https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fbul0000138>

- Colegio de Psicólogos del Perú. (2024). Código de Ética. [https://www.cpsp.pe/documentos/marco\\_legal/CPsP\\_CDN\\_codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/CPsP_CDN_codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)
- Comité Institucional de Ética en Investigación, Universidad Privada del Norte. (2024). *Código de ética para la investigación científica (versión 05)*. Universidad Privada del Norte. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/documentos/codigo-de-etica-para-la-investigacion-cientifica-en-upn.pdf>
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE Publications. <https://www.ojed.org/index.php/jis/article/view/4076/2172>
- Carrasco, A., Belloch, A. y Perpiñá, C. (2010). La evaluación del perfeccionismo: utilidad de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo en población española. *Análisis y Modificación de Conducta*, 36(153), 49-65. [https://www.researchgate.net/publication/236899722\\_La\\_evaluacion\\_del\\_perfeccionismo\\_utilidad\\_de\\_la\\_Escala\\_Multidimensional\\_de\\_Perfeccionismo\\_en\\_poblacion\\_espanola](https://www.researchgate.net/publication/236899722_La_evaluacion_del_perfeccionismo_utilidad_de_la_Escala_Multidimensional_de_Perfeccionismo_en_poblacion_espanola)
- Chemisquy, S. (2018). Revisión teórica sobre el perfil cognitivo del perfeccionismo desadaptativo. *Apuntes Universitarios*, 8(1), 16-37. <https://www.redalyc.org/journal/4676/467655911002/467655911002.pdf>
- Díaz, J. (2018). Procrastinación: Una revisión de su Medida y Correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 51(2), 43-60. <https://aidep.org/sites/default/files/2019-04/RIDEP51-Art4.pdf>
- Domínguez, S., Villegas, G. y Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.pdf>

- Estrada, E., Gallegos, N. y Huaypar, K. (2020). Procrastinación académica en estudiantes peruanos de educación superior pedagógica. *Revista Ciencias Pedagógicas E Innovación*, 8(2), 57-65. <https://doi.org/10.26423/rcpi.v8i2.382>
- Flett, G. L., y Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. American Psychological Association. <https://psycnet.apa.org/record/2002-02485-000>
- Flett, G. L., Nepon, T., y Hewitt, P. L. (2016). Perfectionism, components of perfectionism, and perfectionistic self-presentation in relation to procrastination, distress, and coping in students. *Journal of Rational-Emotive y Cognitive-Behavior Therapy*, 34(4), 291–322. <https://doi.org/10.1007/s10942-016-0242-1>
- Flores, L. y Taboada, R. (2025). *Propiedades psicométricas de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo en estudiantes de universidades públicas de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado]. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. [https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/655795/FloresB\\_L.pdf?sequence=3](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/655795/FloresB_L.pdf?sequence=3)
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., y Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14, 449-468. <https://link.springer.com/article/10.1007/BF01172967>
- Furlan et al. (2010). Adaptación de la escala de procrastinación de Tuckman para estudiantes universitarios. *II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología- Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-031/929.pdf>
- Fuster-Rico, A., Vicent, M., González, C., Pérez-Marco, M., Granados-Alós, L., & Suriá, R. (2024). *Empleando análisis de perfiles y curvas ROC para examinar la*

*relación entre el perfeccionismo y la autoeficacia académica en estudiantes de Educación Secundaria.* Revista de Psicodidáctica, 29(2), 139–146. DOI: [10.1016/j.psicod.2024.01.001](https://doi.org/10.1016/j.psicod.2024.01.001) (doi.org in Bing)

Galarregui, M. y Keegan, E. (2024). Perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes universitarios argentinos. *Revista Brasileira de Terapia Cognitivas*, 20, 1-11. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v20/1808-5687-rbtc-20-e20240469.pdf>

Gobierno del Perú (2019). *Minedu y Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental.* <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>

Gobierno del Perú (2019). *Minedu y Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental.* <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>

González-Brignardello, M. I., y Sánchez-Elvira, A. (2020). Procrastinación académica, perfeccionismo y autorregulación en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 11(1), 13–23. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2020.01.017>.

Hawkins, C., Watt, H., y Sinclair, K. (2006). Psychometric properties of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale with Australian adolescent girls: Clarification of multidimensionality and perfectionist typology. *Educational and Psychological Measurement*, 66(6), 1001-1022. <https://doi.org/10.1177/0013164405285909>

Hernández-Sampieri R. y Mendoza T., C. (2018). Metodología de la Investigación – Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas. *McGraw Hill Education*

[http://www.biblioteca.cij.gob.mx/archivos/materiales\\_de\\_consulta/drogas\\_de\\_abuso/articulos/sampierilasrutas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/archivos/materiales_de_consulta/drogas_de_abuso/articulos/sampierilasrutas.pdf)

Huang, H., Ming, Y., Wan, X., Wen, Q., Zhang, Y., Kong, D. y Chen, C. (2023). The association between perfectionism and academic procrastination among undergraduate nursing students: The role of self-efficacy and resilience. *Nursing Open*, 10(10), 6758-6768. <https://doi.org/10.1002/nop2.1922>

Kathleen, E. y Basaria, D. (2021). The Relationship Between Perfectionism and Academic Procrastination in College Students Learning Online Due to the COVID-19 Pandemic. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 570, 1197-1204. [https://www.researchgate.net/publication/353929441\\_The\\_Relationship\\_Between\\_Perfectionism\\_and\\_Academic\\_Procrastination\\_in\\_College\\_Students\\_Learning\\_Online\\_Due\\_to\\_the\\_COVID-19\\_Pandemic](https://www.researchgate.net/publication/353929441_The_Relationship_Between_Perfectionism_and_Academic_Procrastination_in_College_Students_Learning_Online_Due_to_the_COVID-19_Pandemic)

Kurtovic, A., Vrdoljak, G., y Idzanovic, A. (2019). Predicting procrastination: The role of academic achievement, self-efficacy and perfectionism. *International Journal of Educational Psychology*, 8(1), 1–26. <https://doi.org/10.17583/ijep.2019.2993>

Oliveira, K. L., y Dias, M. S. (2021). Perfeccionismo e procrastinação acadêmica em estudantes universitários brasileiros. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 22(1), 45–55. <https://doi.org/10.26707/1984-7270/2021v22n1p45>

Loayza-Maturrano, E. F. (2021). *Capacidad predictiva de la escala de procrastinación académica en estudiantes universitarios*. *Revista Veritas et Scientia*, 10(2), 283–297. <https://doi.org/10.47796/ves.v10i2.567>

Ministerio de Educación (2020). *Política Nacional de Educación Superior y Técnico-Productivo*. <https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/7642/Pol%C3%ADtica%20Nacional%20de%20Educaci%C3%B3n%20Superior%20y%20T%C3%A9cnico-Productiva.pdf?sequence=1>

- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2018). La educación superior como parte del sistema educativo de América Latina y el Caribe. Calidad y aseguramiento de la calidad. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000372632>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2024). *Apoiando la salud mental y el bienestar de los estudiantes de educación superior*. [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000391501\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000391501_spa)
- Otero, S., Casanova, L., Freire, K., Fuertes, M. y Arichábalá, D. (2023). La procrastinación: Una exploración teórica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 76-93. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6065>
- Ramírez, D., Cárdenas, J., y López, S. (2021). Perfeccionismo y procrastinación académica en universitarios colombianos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53(2), 105–115. <https://doi.org/10.14349/rlp.2021.v53.n2.4>
- Rice, K. G., Richardson, C. M. E., y Ray, M. E. (2020). Perfectionism in academic settings: Implications for procrastination and burnout. *Educational Psychology*, 40(8), 981–1000. <https://doi.org/10.1080/01443410.2019.1671966>
- Rodríguez, A. y Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la Edad y el Curso Académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. <https://www.redalyc.org/pdf/804/80454273004.pdf>
- Rodríguez, M., Rojo, L., Ortega, E. y Sepúlveda, A. (2009). Adaptación de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo a estudiantes universitarios españoles. *Ansiedad y Estrés*, 15 (1), 13-27. <https://www.ansiedadyestres.es/sites/default/files/rev/ucm/2009/anyes2009a2.pdf>
- Rozental, A., Forsström, D., Hussoon, A., y Klingsieck, K. B. (2022). Procrastination among university students: Differentiating severe cases in need of support from

- less severe cases. *Frontiers in Psychology*, 13, 783570.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.783570>
- Salazar Grau, G. A. (2024). *Perfeccionismo en el estudiante universitario: factores asociados y consecuencias*. Universidad Peruana Cayetano Heredia.  
<https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/15945?show=full>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17201571/>
- Sirois, F., Melin, J., Tillfors, M., y Boersma, K. (2023). Associations between procrastination and subsequent health outcomes among Swedish university students. *JAMA Network Open*, 6(1), e2252240.  
<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.52240>
- Sirois, F. M., y Molnar, D. S. (2021). Perfectionism, procrastination, and stress: A temporal framework. *Personality and Individual Differences*, 183, 111148.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111148>
- Svartdal, F., Dahl, T. I., Gamst-Klaussen, T., Koppenborg, M., y Klingsieck, K. B. (2016). On the measurement of procrastination: Comparing two scales in six European countries. *Frontiers in Psychology*, 7, 1307.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01307>
- Sepiadou, I., y Metallidou, P. (2023). Academic hardiness as a moderator of the relation between perfectionism and academic procrastination in university students. *European Journal of Psychology of Education*, 38(3), 1053–1071.  
<https://doi.org/10.1007/s10212-022-00648-3>
- Sommantico, M., Postiglione, J., Fenizia, E. y Parrello, S. (2024). Procrastination, Perfectionism, Narcissistic vulnerability, and Psychological Well-Being in Young adults: An Italian Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21, 2-18.

[https://www.researchgate.net/publication/383054363\\_Procrastination\\_Perfectionism\\_Narcissistic\\_Vulnerability\\_and\\_Psychological\\_Well-Being\\_in\\_Young\\_Adults\\_An\\_Italian\\_Study](https://www.researchgate.net/publication/383054363_Procrastination_Perfectionism_Narcissistic_Vulnerability_and_Psychological_Well-Being_in_Young_Adults_An_Italian_Study)

Sudirman, S., Reza, F., Yusri, N., Rina, R., y Bah, M. (2023). Putting off until tomorrow: academic procrastination, perfectionism, and fear of failure. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 4(1), 136-153.  
<https://doi.org/10.18196/ijiep.v4i1.17576>

Stöber, J., Harris, R. A. y Moon, P. (2007). Perfectionism and the experience of pride, shame, and guilt: comparing healthy perfectionists, unhealthy perfectionists, and non-perfectionists. *Personality and Individual Differences*, 43(1), 131-141.  
<https://psycnet.apa.org/record/2007-05228-012>

Tripathi, A., Mohini, S., Chandel, S., y Kumari, S. (2024). Procrastination y Time management, a comprehensive review. *International Journal of Creative Research Thoughts (IJCRT)*, 12(9), 733-742.  
<https://ijcrt.org/papers/IJCRT2409196.pdf>

Universidad Privada del Norte. (2024). *Código de ética para la investigación científica en UPN*. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/documentos/codigo-de-etica-para-la-investigacion-cientifica-en-upn.pdf>

Vega-Dienstmaier, J., Espinoza, A., y Ramos, P. (2022). Relación entre perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de psicología. *Propósitos y Representaciones*, 10(1), e1400. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n1.1400>

Zhang, Y., Liu, L., y Wang, L. (2022). Perfectionism and academic procrastination: The mediating role of anxiety. *Current Psychology*, 41(6), 4075–4083.  
<https://doi.org/10.1007/s12144-020-00909-6>

## ANEXOS

### Anexo 1. Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<b>General</b> ¿Cuál es la relación entre el perfeccionismo y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?	<b>General</b> Determinar la relación entre el perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.	<b>General</b> Existe relación significativa entre el perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.			<b>Enfoque:</b> Cuantitativo <b>Tipo:</b> Básica <b>Alcance:</b> Correlacional <b>Diseño:</b> No Experimental transversal <b>Población:</b> 1000 estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana <b>Muestra:</b> 320 estudiantes <b>Técnica:</b> Encuesta <b>Instrumentos:</b> Cuestionario <b>Perfeccionismo</b> Escala Multidimensional de Perfeccionismos (MPS) <b>Procrastinación</b> Escala de Procrastinación Académica (EPA)
P.E.1. ¿Cómo se relaciona la dimensión miedo a los errores y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?	O.E.1. Determinar la relación entre la dimensión miedo a los errores y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.	H.E.1. Existe relación significativa entre la dimensión miedo a los errores y la procrastinación académica en estudiantes en una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.	Perfeccionismo	- Miedo a los errores - Influencias paternas - Expectativas de logro - Organización	
P.E.2. ¿Cómo se relaciona la dimensión influencias paternas y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?	O.E.2. Determinar la relación entre la dimensión influencias paternas y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de	H.E.2. Existe relación significativa entre la dimensión influencias paternas y la procrastinación académica en estudiantes en una	Procrastinación académica	- Autorregulación académica - Postergación de actividades	

---

<p>2025? P.E.3. ¿Cómo se relaciona la dimensión expectativa de logro y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?</p>	<p>una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025. O.E.3. Determinar la relación entre la dimensión expectativas de logro y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.</p>	<p>universidad privada de Lima Metropolitana, 2025. H.E.3. Existe relación significativa entre la dimensión expectativas de logro y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.</p>
<p>P.E.4. ¿Cómo se relaciona la dimensión organización y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?</p>	<p>O.E.4. Determinar la relación entre la dimensión organización y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.</p>	<p>H.E.4. Existe relación significativa entre la dimensión organización y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.</p>
<p>P.E.5. ¿Cómo es la predominancia de los niveles de perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025?</p>	<p>O.E.5 Determinar la predominancia de los niveles de perfeccionismo y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.</p>	<p>H.E.4. Existe relación significativa entre la dimensión organización y la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2025.</p>

---

## Anexo 2. Matriz de operacionalización de variables

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores (ítems)	Escala de medición
Variable 1: Perfeccionismo	Habilidad para adaptarse y afrontar las situaciones cuando estas no se suscitan como uno lo espera.	Se midió con la Escala Multidimensional de Perfeccionismo (MPS), aplicados individualmente durante 10 minutos, que medirá los niveles: bajo (1 Pc. – 32 Pc.), medio (33 Pc. – 65 Pc.), alto (66 Pc. – 99 Pc.)	Miedo a los errores	9,10,14,17,21,23, 25,28,32,33 y 34	Ordinal
			Influencias paternas	1,3,5,11,15,20,22,26 y 35	
			Expectativas de logro	4,6,12,13,16,18,19,24 y 30	
			Organización	2,7,8 y 27,29 y 31	
Variable 2: Procrastinación	Acción en la cual el estudiante tiende a eludir sus labores académicas mediante el escape, lo cual lo lleva a postergarlas para situaciones futuras o justificarlas; a su vez, esta se relaciona a las promesas de realización de las tareas.	Se midió con la Escala de Procrastinación Académica (EPA), aplicados individualmente durante 10 minutos, que medirá los niveles: muy bajo (1 Pc. – 24 Pc.), bajo (25 Pc. – 49 Pc.), alto (50 Pc. – 74 Pc.), muy alto (75 Pc. – 99 Pc.),	Autorregulación académica	1,2,3,4,5,8,9,10 y 11	Ordinal
			Postergación de actividades	6 y 7	

### Anexo 3. Instrumentos de recolección de datos

#### CUESTIONARIO DE ESCALA MULTIDIMENSIONAL DE PERFECCIONISMO (MPS)

El presente documento es anónimo y su aplicación será de utilidad para un trabajo de investigación en el cual no existen respuestas correctas o incorrectas. Solicito su opinión sincera al respecto.

#### INDICACIONES:

Después de leer cuidadosamente cada enunciado, marque con una "X" en el recuadro que considere de acuerdo a cada enunciado.

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre

Nº	ÍTEM	1	2	3	4	5
1	Mis padres me pusieron metas muy altas					
2	Para mí, es muy importante que todo esté organizado					
3	De niño me castigaban por no hacer las cosas perfectas					
4	Si no me pongo las metas más altas, seguramente acabaré siendo un segundón					
5	Mis padres nunca intentaron entender mis errores					
6	Para mí es importante ser muy competente en todo lo que hago					
7	Soy una persona cuidadosa					
8	Intento ser organizado					
9	Si fracaso en el trabajo/estudios, soy un fracasado					
10	Debería sentirme mal si cometo un error					
11	Mis padres querían que fuera el mejor en todo					
12	Me pongo metas más altas a mí mismo que la mayoría de la gente					
13	Si alguien hace una tarea en el colegio/trabajo mejor que yo, siento como si hubiera fracasado totalmente en esa tarea					
14	Fracasar en parte es tan malo como fracasar en todo					
15	En mi familia sólo se acepta un rendimiento sobresaliente					

16	Se me da muy bien concentrar mis esfuerzos en alcanzar una meta					
17	Incluso cuando hago algo con mucho cuidado, a menudo me parece que no está bien del todo					
18	Odio no llegar a ser el mejor en todo lo que hago					
19	Tengo metas extremadamente altas					
20	Mis padres esperaban de mí la excelencia, lo mejor					
21	Seguramente la gente me apreciará menos si cometo un error					
22	Nunca me he sentido capaz de lograr lo que mis padres esperaban de mí					
23	Si no hago las cosas tan bien como los demás, significa que soy un ser humano inferior					
24	Los demás parecen conformarse con metas más bajas que las mías					
25	Si no hago las cosas siempre bien, la gente no me respetará					
26	Mis padres siempre han tenido expectativas más altas sobre mi futuro que yo mismo					
27	Intento ser una persona cuidadosa					
28	Normalmente tengo dudas sobre las pequeñas cosas que hago cada día					
29	La pulcritud es muy importante para mí					
30	Espero rendir mejor en mis tareas diarias que la mayoría de la gente					
31	Soy una persona organizada					
32	Tiendo a retrasarme en mi trabajo porque repito las cosas una y otra vez					
33	Me cuesta mucho tiempo hacer algo "bien"					
34	Cuanto menos error cometa, más gustaré a los demás					
35	Nunca me he sentido capaz de llegar a alcanzar el nivel de mis padres					

## CUESTIONARIO DE ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

El presente documento es anónimo y su aplicación será de utilidad para un trabajo de investigación en el cual no existen respuestas correctas o incorrectas. Solicito su opinión sincera al respecto.

### INDICACIONES:

Después de leer cuidadosamente cada enunciado, marque con una “X” en el recuadro que considere de acuerdo a cada enunciado.

1	2	3	4	5
Nunca	Pocas veces	A veces	Casi siempre	Siempre

Nº	ÍTEM	1	2	3	4	5
1	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes					
2	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto					
3	Asisto regularmente a clase					
4	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible					
5	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					
6	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
7	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
8	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido					
9	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
10	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
11	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					

Gracias por su participación