



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA ACADÉMICO MAESTRÍA EN

PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Perfeccionismo y hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

AUTORA:

Condori Ccuno, Cecibel Brigitte (orcid.org/0000-0003-2097-4518)

ASESOR:

Dr. Espinoza Sotelo, Joan Carlos (orcid.org/0000-0002-8324-6668)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención integral de infante, niño y adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

LIMA – PERÚ

2022

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación está dedicado a mis padres a quienes les debo todo en la vida, les agradezco el cariño, la comprensión y el apoyo que me han brindado para culminar mi Maestría.

Agradecimiento

Al divino señor por darme la vida y fuerza para realizar este trabajo, a los docentes de UCV por brindarme sus conocimientos y experiencia, a mi familia por su apoyo durante mis estudios de Pos grado.

Índice de contenidos

Carátula	ii
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iv
Índice de contenidos	v
Índice de tablas	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	17
3.1 Tipo y diseño de investigación	17
3.2 Variables y operacionalización	17
3.3 Población, muestra y muestreo	18
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	19
3.5 Procedimientos	21
3.6 Método de análisis de datos	21
3.7 Aspectos éticos	22
IV. RESULTADOS	23
V. DISCUSIÓN	30
VI. CONCLUSIONES	33
V. DISCUSIÓN	33
VI. CONCLUSIONES	37
VII. RECOMENDACIONES	38
VIII. REFERENCIAS	39
ANEXOS	

Índice de tablas

Tabla 1 Validez de contenido por juicio de expertos	20
Tabla 2 Análisis descriptivo del perfeccionismo	23
Tabla 3 Análisis descriptivo de los hábitos de estudio	24
Tabla 4 Análisis descriptivo de perfeccionismo adaptativo	25
Tabla 5 Análisis descriptivo del perfeccionismo desadaptativo	26
Tabla 6 Relación entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio	27
Tabla 7 Relación entre el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio	28
Tabla 8 Relación entre el perfeccionismo desadaptativo y los hábitos de estudio	29

Resumen

La investigación tuvo por objetivo general, determinar la relación que existe entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022. La investigación se enmarcó dentro del enfoque cuantitativo, fue de tipo básico, siguiendo el diseño correlacional. Se ha utilizado para medir la variable independiente la Escala de Perfeccionismo Infantil (EPI) de Oros, validado por Valera. Para la variable dependiente se ha utilizado el Inventario de hábitos de estudio (IHE). Se ha aplicado la encuesta a 120 educandos del quinto grado de la Institución Educativa Secundaria, Pedro Vilcapaza. Los resultados de la investigación mostraron que existe un coeficiente de correlación de ,338 entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio. Asimismo, se ha determinado que existe un puntaje de relación de ,202 entre el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio, de igual manera un coeficiente de ,195 entre el perfeccionismo desadaptativo y los hábitos de estudio. Se concluyó que existe relación directa y débil entre las variables estudiadas.

Palabras clave: adaptativo, desadaptativo, hábitos, perfeccionismo.

Abstract

The general objective of the research was to determine the relationship between perfectionism and study habits in fifth grade students of the IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022. The research was framed within the quantitative approach, it was of a basic type, following the correlational design. The Oros Child Perfectionism Scale (EPI), validated by Valera, was used to measure the independent variable. For the dependent variable, the Study Habits Inventory (IHE) was used. The survey has been applied to 120 students of the fifth grade of the Secondary Educational Institution, Pedro Vilcapaza. The results of the research showed that there is a correlation coefficient of .338 between perfectionism and study habits. Likewise, it has been determined that there is a relationship score of .202 between adaptive perfectionism and study habits, as well as a coefficient of .195 between maladaptive perfectionism and study habits. It was concluded that there is a direct and weak relationship between the variables studied.

Keywords: Adaptive, maladaptive, study, habits, perfectionism.

I. INTRODUCCIÓN

Los problemas de hábitos de estudio son generalizados a nivel mundial, hablemos especialmente a los países de habla hispana, donde se denota que los hábitos de estudio son demasiado desorganizados en los estudiantes, esto también ocurre en los profesionales; las deficiencias en los hábitos de estudio ocasionan consecuencias negativas en los estudiantes, primero en el aprendizaje, luego en los calificativos que obtienen. Es el caso que expone Mondragón (2018) que explica que una de las principales razones de la repetición de la escuela secundaria en México es que los hábitos de estudio no están completamente desarrollados desde el nivel básico de educación. Los problemas de formalidades en estudio repercuten en el rendimiento académico en general, Díaz et al. (2014) describe que tenemos que en una encuesta aplicada por la asociación Leobien en el año 2020 a más de 3200 estudiantes en la república de España, han dado a conocer que superior al 50% de los problemas de aprendizaje se debe a una falta de comprensión lectora, esto es que no consiguen un aprendizaje significativo, esto relacionado directamente con los hábitos de estudio. Cutz (2013) sintetiza que muchos temas relacionados con el éxito académico, dependeddel desarrollo de hábitos de estudio efectivos y del establecimiento de expectativas. Los padres pueden desempeñar un papel importante en el estímulo,el entorno y los materiales necesarios para un aprendizaje significativo exitoso. Se cuenta con la publicación de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE, 2013) que establece que el desarrollo de estrategias mediante las cuales los estudiantes procesan, indaga y organizan selectivamente la información, (hábitos de estudio) está directamente relacionadocon sus resultados de aprendizaje. Los medios de comunicación, especialmente la televisión, entre otros. Estos problemas incluso amenazan las tasas de deficiencia académica alarmantemente altas, los cursos en servicio, las deserciones y el ausentismo que experimentan nuestros estudiantes, todo ocasionado por la falta de práctica de hábitos de estudio eficientes. Según los estudios, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) refiere que la enfermedad mental en los niños va en aumento, lo que indica que 1 de cada 6

personas experimentó problemas durante la niñez y la adolescencia, y esta persona se caracteriza por depresión y ansiedad esto provocado por la exigencia a hacer las cosas en forma perfecta. En uno de los estudios epidemiológicos más recientes sobre salud mental infanto-juvenil realizado en nuestro medio, el 20% de los niños y adolescentes presenta algún tipo de trastorno de salud mental, el 69,8% eran niños y niñas de 6 a 10 años. Según Labrador et al. (2004) afirma que las personas con rasgos ideales de perfeccionistas, muestran una gran cantidad de rasgos desadaptativos, mostrando reacciones inapropiadas, tristeza extrema, culpa, sentimientos de frustración, vergüenza e ira. Mientras que Ruíz (2000) argumenta que, para algunos niños y adolescentes, estas necesidades pueden incluso verse superadas a medida que crece el deseo de perfección, es muy importante explorar cómo y por qué la búsqueda de la perfección es perjudicial para el desarrollo y la salud mental de los niños. De acuerdo con Oblitas (2010) El perfeccionismo tan presente en nuestra vida y en la vida de nuestros hijos que exigimos ser perfectos parece paradójicamente inofensivo. De hecho, estudios recientes han demostrado que la proporción de perfeccionismo ha aumentado con el tiempo, mostrando que las generaciones más jóvenes tienen expectativas más altas de los demás y expectativas más altas de sí mismos que las generaciones mayores. En nuestro país es bien sabido que, en las instituciones educativas y en los distintos niveles educativos es difícil que los estudiantes logren resultados académicos, especialmente después de dos años aislados por la pandemia, debido a muchos problemas sociales, económicos, familiares y culturales como hábitos de estudio, afán de aprender, falta de progreso, familia rota, uso de tácticas, mal uso. La realidad del problema hoy en día es que los estudiantes en casa se dedican a otras actividades como jugar videojuegos, ver televisión y usar Internet, que son más atractivas para los niños. En la publicación realizada en Lima, Perú Garay (2022) señala que los perfeccionistas temen el fracaso cuando intentan alcanzar sus metas en la vida. A menudo dejan tareas sin terminar por miedo al fracaso. A los perfeccionistas no les gusta celebrar sus éxitos porque no aceptarán nada menos que la perfección. Es fácil para ellos sentirse tristes y ansiosos si no pueden lograr sus metas elevadas. En la revista Gestión (2018) se explica que los rasgos de perfeccionismo parecen ser más prominentes en los adolescentes, y varios estudios longitudinales han informado

que los rasgos de perfeccionismo van en aumento en los adultos y los jóvenes. Esta tendencia, junto con la relación entre perfeccionismo y malestar psicológico, pone de relieve la necesidad de aumentar el conocimiento sobre las características de los perfeccionistas e identificar los posibles grupos de riesgo en la población y los adolescentes en general. De acuerdo a Tello (2018) en estudios relacionados en el Perú, el perfeccionismo es visto como una ventaja para llegar a la cima y triunfar, pero lo cierto es que el exceso es una enfermedad que necesita mucha atención, ya que las personas con este rasgo pueden verse atormentadas por la ansiedad, la ansiedad, la depresión y el miedo. En nuestro medio, se aprecia generalmente a los hijos de profesionales en especial de los profesores que inducen a sus hijos ser los primeros del salón, a lo que conduce sin proponerlo al perfeccionismo de los hijos; cabe mencionar que no se ha hecho estudio alguno en la localidad, pero se observa en las clausuras del año académico la espera de los padres de familia a que sus hijos ocupen los primeros lugares, lo que involucra a gestar el perfeccionismo en la actividad académica. Nuestra interrogante de investigación es: ¿Qué relación existe entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la I.E.S. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022? Con ello queremos correlacionar el perfeccionismo y los hábitos de estudio en los estudiantes del quinto grado de secundaria. Se formula los siguientes problemas específicos: ¿Qué relación existe entre el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la I.E.S. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022? El siguiente problema específico es: ¿Qué relación existe entre el perfeccionismo desadaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la I.E.S. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022? La justificación metodológica del estudio se apoya en la selección de instrumentos validados y establecidos en los niveles de confiabilidad medidos con estadísticos que se recomienda para las investigaciones correlacionales; además se ha seguido procedimientos que en la actualidad se recomienda en las investigaciones de carácter científico. La justificación práctica del estudio se fundamenta en que los resultados de la investigación serán dados a conocer a los docentes que se ha encontrado que hay un alto índice de perfeccionismos adaptativo; y un buen porcentaje de alumnos con perfeccionismo desadaptativo hay que realizar talleres sobre su

situación perfeccionista, que le ocasiona estrés, ansiedad, sentimiento de culpa de los hechos que consideran que han sido malos, y que hay que explicarles y ejemplificarlos que no es necesario hacer la práctica de perfeccionismo desadaptativo. La justificación teórica se utilizará los conocimientos existentes sobre la asociación de las variables, como el perfeccionismo y los hábitos de estudio, es sumamente importante indicar que la comprensión de estos conocimientos se realizarán las aplicaciones prácticas. Para el presente estudio se ha planteado el siguiente objetivo: Determinar la relación que existe entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio en estudiantes del Quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022. Los objetivos específicos son: Determinarla relación que existe entre el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del Quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022. Determinar la relación que existe entre el perfeccionismo desadaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del Quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022. Considerando estos enunciados, formulamos la hipótesis de investigación Existe relación entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio en estudiantes del Quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022. Mientras las hipótesis específicas son: Existe relación entre el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del Quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022. Existe relación entre el perfeccionismo desadaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del Quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022.

II. MARCO TEÓRICO

En cuanto a los antecedentes internacionales, tenemos a Aguilar (2020) realizó un estudio que tuvo como objetivo a relación entre el perfeccionismo y la autoestima en la niñez tardía, luego de distinguir entre las dos variables en el grupo participante. La investigación es del enfoque cuantitativo; el diseño es coherente y transversal. Los participantes fueron 94 estudiantes de una institución educativa privada de Caracas (Venezuela). Los sujetos respondieron a la Escala de finalización del inventario infantil GRES-30AE-ni y la Escala de autoestima personal. La muestra perfeccionismo moderado y autoestima alta. Se encontraron diferencias por género: los chicos puntuaron significativamente más alto que las chicas en perfeccionismo y bidireccionalidad. En conclusión, se encontró una relación negativa y significativa ($r = -0,075$) entre la perfección y la autoestima. Estos resultados se discutieron mediante la revisión de los hallazgos presentados por investigaciones anteriores. La conclusión es que, para desarrollar la autoestima, puede ayudar a reducir las reacciones negativas que experimentan los niños cuando fracasan.

Madigan (2019) en la investigación tuvo propósito de identificar la correlación del meta-análisis del perfeccionismo con el logro académico. Se enmarca dentro del diseño correlacional descriptivo; con una población y muestra 156 estudiantes del nivel secundario. Los resultados arrojan que se mostraron una relación positiva significativa entre el perfeccionismo y el logro académico; ($r = 0.24$), mientras que las preocupaciones perfeccionistas mostraron una relación negativa pequeña significativa con el rendimiento académico ($r = - 0.08$). Un moderador de estas relaciones fue el instrumento que se utilizó para medir el perfeccionismo. Este es particularmente el caso de las preocupaciones sobre la perfección. Concluyó que la relación entre el perfeccionismo y el rendimiento académico es compleja, con intentos de perfeccionismo y miedos a la perfección que ayudan al rendimiento de los estudiantes.

Nunes (2019) en su estudio tuvo como objetivo correlacionar las dimensiones de los estilos de crianza (responsabilidad y exigencia) con los hábitos de estudio. Participaron en este estudio un total de 600 los estudiantes de 11 a 20

años ($AD = 14,3$; $SD = 2,32$), fueron en su mayoría del sexo femenino (57,5%). Estos alumnos son alumnos de escuelas públicas y privadas del municipio de João Pessoa (PB). Los datos se analizaron mediante el software estadístico PAWS (versión 20), en el que se estimaron el coeficiente de correlación y MANOVA. Los resultados mostraron que los hábitos de estudio están relacionados con la dimensión respuesta de madres ($r = 0,19$) y padres ($r = 0,16$), y las variables sociodemográficas (género, educación y colegios) inciden en los hábitos de aprendizaje y dimensiones del estilo de crianza. Se concluyó que los padres que muestran alta reactividad influyen positivamente en el desarrollo de hábitos de estudio, aunque se necesitan más estudios.

Andrade (2018) investigación realizada en México, tuvo por objetivo: Determinar el efecto de los hábitos de estudio en el rendimiento escolar, apoyado en la investigación bibliográfica y de campo, en la unidad educativa Avelina Lasso de Plaza. El estudio se desarrolló bajo un enfoque de diseño cuantitativo, descriptivo y correlacional. Una muestra no probabilística de 219 alumnos y alumnas. El cuestionario CHTE efectuado por Fernández en 1989 se utilizó para evaluar aspectos en siete niveles de los hábitos y técnicas de estudio: actitudes generales hacia el aprendizaje, lugar de estudio, condición física, horario de trabajo, técnicas de estudio, tareas y control, pruebas y ejercicios. Los efectos de la investigación demuestran una relación de bajo nivel entre los hábitos de estudio y los resultados de aprendizaje ($r = 0,132$) para los estudiantes de quinto, sexto y preparatoria, al tiempo que destacan indicadores de resultados, rendimiento académico, efectividad de las pruebas y aprendizaje en general.

Hereira (2017) presentó una investigación en Colombia, con el objetivo general de establecer la relación de los hábitos de estudio con el rendimiento académico de los educandos de undécimo grado en colegios adventistas de Colombia. El estudio fue cuantitativo, descriptivo, correlativo, transversal. La población consta de 67 estudiantes. Las herramientas utilizadas para los resultados de aprendizaje fueron la prueba SABER 11 y de hábitos de estudio, y la indagación CASM-85 con el registro Vicuña 98. Las sospechas obtenidas en este estudio revelan una relación débil de $r = 0.328$ entre hábitos de estudio y resultados de aprendizaje. Determinar que los hábitos de estudio y los

desarrollamientos de aprendizaje están relacionados con la importancia baja y media.

Respecto a los estudios nacionales, Montesinos (2021) el objetivo del estudio fue determinar la relación entre los aspectos de la personalidad y los hábitos de estudio en estudiantes de secundaria de la Asociación de Educación Cristiana de la capital, Lima. Este estudio fue un diseño de asociación no experimental. Para implementar el proyecto, se aplicó el proyecto a 892 estudiantes, incluidos 423 estudiantes y 469 niñas, de 12 a 16 años. Una aplicación de la herramienta de evaluación es el Inventario de Personalidad de Eysenck - JEPI, modificado por Anicama y estandarizado por Varela (2014) y el Inventario de Hábitos de Investigación CASM de Vicuña (2005). En los resultados, existe una relación estadísticamente significativa entre las dos variables de búsqueda ($P < 0.001$), excepto por el tamaño de la tarea y no se encontró diferencia, en la prueba de hipótesis mostrando que el tamaño de la personalidad y los hábitos habituales de aprendizaje. En estudiantes de secundaria, un Rho de Spearman validado de 0.227, otras relaciones entre las dimensiones de personalidad y los dominios de hábitos de aprendizaje son positivas y en menor medida.

Millones (2019) El objetivo del estudio es determinar la relación entre la inteligencia emocional y los hábitos de estudio de los estudiantes de secundaria. El estudio fue descriptivo, con un diseño de estudio correlacional y se aplicaron dos herramientas como el Inventario de Cociente Emocional de Baron y el Inventario de Hábitos de Investigación CASM-85. Se trabajó con una muestra de 73 estudiantes, se utilizó estadística descriptiva para confirmar los resultados de este estudio, sus datos se sustentaron en tablas y figuras, se realizó la prueba de correlación de Pearson y se obtuvieron sus valores de $r = 0.731$, y finalmente se consideraron muy significativas, por lo que se rechazaron todas las hipótesis nulas. En conclusión, el estudio confirma la hipótesis de investigación propuesta, de que existe una relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y los hábitos de estudio en estudiantes de secundaria.

Anaya (2018), el objetivo de la investigación fue determinar la relación entre la atención y los hábitos de estudio de los estudiantes de secundaria de Mirones - Lima, 2016. Estudio sustantivo con diseño asociativo, no experimental. Tiene una población de 138 estudiantes; 77 en primer año y 61 en segundo año de secundaria. se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman; Donde los resultados mostraron una relación ($r=0.516$) entre las dos variables de atención y hábitos de aprendizaje, con el grado de asociación promedio entre las variables directas y el grado de asociación promedio. De igual forma, el nivel de significancia $p = .000$ muestra que p es inferior a 0.05 sobre 0.01, indicando una relación significativa ($r = 0.563$) entre la atención y los hábitos de aprendizaje de los estudiantes de primero y segundo año de secundaria. Instituto de Nuestra Señora del Carmen de Mirones - Lima, 2016, concluyó una correlación entre la atención y los hábitos de estudio de educandos de secundaria de Mirones - Lima, 2018.

Bernedo (2018) se planteó por objetivo: Determinar el estado de los buenos hábitos de estudio en estudiantes del tercer grado del ciclo avanzado del CEBA La Libertad de Moquegua en el año 2018. Fue una investigación en el enfoque cuantitativo, del diseño no experimental, del diseño correlacional, la población conformada por 57 estudiantes, muestreo censal. Los resultados permiten concluir que existe una relación muy importante entre la variable hábitos de estudio y el rendimiento de aprendizaje de los estudiantes. del tercer grado del ciclo avanzado en el CEBA "La Libertad" de Moquegua – 2018.

Cruz (2017), su propósito fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y los hábitos de aprendizaje de los estudiantes del Instituto de Educación Pública del Condado de Moche. Este es un estudio de diseño correlacional. Utilizando herramientas validadas, como Ice-O-An y el inventario de hábitos educativos (CASM-85), se aplicó a 181 estudiantes de ambos sexos, cuarto y quinto año, y todos los estudiantes de secundaria de un estudiante de secundaria. La inteligencia emocional es un campo importante en psicología educativa y un factor importante en la vida universitaria de los estudiantes. Trata el comportamiento desviado a través de la autoconciencia y la automotivación,

corrigiendo las habilidades sociales y emocionales y convirtiendo la energía emocional en energía positiva. Esta investigación será el resultado de las relaciones directas e indirectas entre la inteligencia emocional y los hábitos de aprendizaje en entornos de aprendizaje semipresencial. La relación entre la inteligencia emocional y los hábitos de estudio de los estudiantes de secundaria del Colegio Público Moche es débil ($r = 0.135$) lo que indica una débil influencia de la inteligencia emocional sobre los hábitos de estudio y práctica y viceversa.

En los estudios realizados por Oros (2005) define que el perfeccionismo es un término que se usa para describir un rasgo de la personalidad que incluye un esfuerzo constante por la perfección, estándares altos, a veces excesivos y negarse a aceptar cualquier cosa que no le parezca perfecto. Se han prestado cada vez más atención al perfeccionismo en los últimos años. Esta atención ha incluido una proliferación de escalas diseñadas para medir el perfeccionismo e investigaciones de la relación entre el perfeccionismo y una serie de problemas y diagnósticos emocionales y físicos. En los estos años, se ha prestado cada vez más atención al perfeccionismo.

Este enfoque incluye una proliferación de escalas diseñadas para medir el perfeccionismo e investigaciones sobre la relación entre el perfeccionismo y una amplia gama de problemas y diagnósticos emocionales y físicos. Han tratado de hacer una clasificación, es donde Rice et. al. (1998) distingue una clasificación, entre el perfeccionismo adaptativo y el perfeccionismo desadaptativo. Se define en la literatura como adaptativo racional o natural, y se refiere a los intensos esfuerzos realizados para lograr un objetivo particular. Los idealistas adaptativos establecen estándares altos pero realistas y no se vuelven demasiado críticos consigo mismos cuando no se cumplen esos estándares. Mientras que el perfeccionismo desadaptativo puede caracterizarse por un perfeccionismo que dificulta una vida feliz y exitosa. las personas con un perfeccionismo inadecuado a menudo sienten la necesidad de controlar la diversidad de los aspectos de su vida y entorno.

El perfeccionismo, según Frost et al. (2016) es la principal motivación detrás de la búsqueda de la perfección, son las presiones internas, como el deseo de evitar el fracaso o el juicio severo. También puede haber un componente social, en el que la tendencia al perfeccionismo ha aumentado significativamente entre los jóvenes y adolescentes. El perfeccionismo es un rasgo complejo; viene en muchas formas diferentes y tiene muchos aspectos diferentes Stoeber (2011). El perfeccionismo a menudo se confunde con ser perfecto o hacer algo perfectamente. Mucha gente asume que debe ser algo bueno. El perfeccionismo implica presionarnos a nosotros mismos para cumplir con altos estándares que luego influyen poderosamente en la forma en que pensamos sobre nosotros mismos. Flett et. al. (2017) han demostrado que algunos aspectos del perfeccionismo son útiles y otras ocasiones no.

Schlatter (2014) refiere que hacer algo perfectamente significa llevarlo a cabo con un grado de corrección casi sobrenatural y conseguir un resultado impecable, intachable, ideal. La cultura nos enseña que el perfeccionismo es un valor del que sentirse orgulloso. Antony y Swinson (2008) No obstante, los auténticos perfeccionistas rara vez experimentan sentimientos de orgullo o satisfacción. Es más probable que sientan decepción y desesperación ante la inexorable certeza de que tanto ellos como las personas de su entorno son incapaces de encontrar la actividad ideal y sin tacha que se empeña en eludirlos.

Antony y Swinson (2008) explican que la perfección no existe, no es nada más que una quimera mental, subjetiva y escurridiza. La enfermedad del perfeccionismo, por más que no afecte al cuerpo, se apodera del alma como un tumor maligno, un mal que si no se ataja a tiempo hará estragos en nuestra vida. Perfecto, no es nada más que una palabra hasta que le atribuyes un sentimiento o una expectativa. Alguien puede ser ambicioso, exigente consigo mismo o un modelo de virtudes sin necesidad de ser perfeccionista. En la explicación de Aguilar (2012) el perfeccionismo, pocas veces pueden ser fructuosos en el lugar de trabajo, las tendencias perfeccionistas también suelen afectar a los estudiantes en la institución educativa, porque no podemos exigir a los estudiantes que sean perfeccionistas, más que todo hoy en día que han aparecido las teorías de estilos de aprendizaje y de las inteligencias múltiples.

En la institución educativa identificar rasgo de la personalidad perfeccionistas, no nos garantiza buenos resultados; lo que, es más. Mallinger y De Wyse, (2015) concluyen que numerosas pruebas sugieren que el empeño de ser excelentes en todo, paradójicamente, nos impide acceder a todo nuestro potencial.

García et. al. (2022) por otro lado indica que para llegar a lo más alto hay que mostrar una mínima pre disposición a correr riesgos, algo que el perfeccionista evitará intuitivamente por miedo a equivocarse. Sullivan (2016) sugiere que una parte de cualquier proceso de mejora, ya sea personal o de una capacidad, consiste en hacer gala de la fortaleza y la sabiduría necesarias para gestionar los errores, los escollos y las decepciones, y aprender de ellos. Si uno si cree que es perfeccionista, se tomará los contratiempos como pequeños hitos en el camino al éxito, y asumirá como experiencias formativas que incorporar al tejido del crecimiento. Lo cual se ratifica con lo que García et. al. (2022) afirman, el perfeccionista, considera los errores ofensas o intrusos que deben ser aplastados. No debe sorprendernos, en consecuencia, que el perfeccionista se retire para evitar los riesgos, mientras que el ambicioso remonta el vuelo sin más.

Como es natural, cada cual vive el perfeccionismo a su manera. El deseo de alcanzar un máximo nivel de excelencia adopta patrones distintos en cada caso. Manrique (2016) indica que el perfeccionismo puede afectar a diferentes aspectos de la vida, y sus consecuencias no siempre te van a perjudicar a ti. Si bien se acostumbra a perturbar la relación que se mantiene consigo mismo, se puede manifestar igualmente en los lazos con otras personas, incluidos miembros de la familia, o puede relacionarse con el trabajo. Averiguar en qué ámbito aparece con más frecuencia exige indagar en la propia vida.

Frost et al. (2017) explican que ser un perfeccionista no se trata de hacerlo mejor, pero hacerlo incluso mejor que antes, y a menudo persigue un nivel de

rendimiento más alto de lo que puede alcanzar, lo que le hace sentir que incluso tus mejores esfuerzos no son suficientes. Este impulso excesivo es contraproducente, ya que te deja pocas posibilidades de conocer tus metas y sentirse bien contigo mismo.

Ser perfeccionista no significa necesariamente que tenga un alto nivel de normas implacables en cada área de su vida, aunque este puede ser el caso de algunas personas. Burns (2020) explica que posible ser un perfeccionista en un área de su vida (por ejemplo, en el trabajo), pero no en otra área de su vida (por ejemplo, el aseo). La mayoría de las personas quieren alcanzar el éxito, pero trabajar duro para alcanzar sus objetivos no siempre indica un comportamiento perfeccionista. Las personas que son perfeccionistas generalmente creen que nada de lo que hacen vale la pena a menos que sea perfecto.

Tradicionalmente, el perfeccionismo ha sido visto de manera bastante negativa, como un defecto de carácter o un rasgo de personalidad oneroso. Jiménez (2021) señala que, para los estudiantes, el perfeccionismo ha sido visto como un obstáculo en el camino del ajuste emocional y académico saludable de los estudiantes. Sin embargo, estudios nuevos han confirmado que el impacto del perfeccionismo en los estudiantes es mucho más matizado. Stoeber y Otto(2006). Explicitan que existe evidencia de que el perfeccionismo es una cualidad multidimensional con aspectos positivos y negativos y que los aspectos más saludables del perfeccionismo pueden beneficiar considerablemente a los estudiantes. Con el propósito de apoyar el dominio de los estudiantes, los asesores académicos deben reconocer los signos de perfeccionismo adaptativo y desadaptativo en los estudiantes y aprender formas de fomentar el perfeccionismo saludable y adaptativo al tiempo que ayudan a los estudiantes con una mentalidad perfeccionista desadaptativa a enfrentar los desafíos de manera más constructiva.

La mayoría de los investigadores ahora están de acuerdo en que el perfeccionismo es multifacético, abarcando una amplia gama de comportamientos y actitudes. Burnam, et. al. (2014) sostienen que los individuos pueden observar esta complejidad en sí mismos y en quienes los rodean. Algunas

personas son implacables en la ardua búsqueda de la excelencia, mientras que otras son más relajadas. Algunas personas se comparan constantemente con otras, mientras que otras confían en una métrica más interna. Aunque algunos son capaces de recuperarse de grandes fracasos y reveses con aparente facilidad, otros están plagados de ansiedad por los errores más pequeños.

Gnilka, et al. (2012) destaca que un creciente cuerpo de investigación sugiere que un estilo saludable y adaptativo de perfeccionismo puede ser beneficioso para los estudiantes. Los hallazgos muestran que los estudiantes que establecen constantemente altas expectativas de sí mismos sin dejar de ser optimistas frente a los contratiempos tienen más probabilidades que sus compañeros no perfeccionistas de tener éxito tanto académica como socialmente. Los estudiantes que son perfeccionistas adaptativos tienden a reportar una mejor autoestima, una menor incidencia de ansiedad, estrés y depresión, y calificaciones más altas; (Burnam, et. al. 2014). Además, los estudiantes con alto perfeccionismo adaptativo pueden ser menos propensos a postergar las tareas y más propensos a participar en estrategias de afrontamiento activas y efectivas centradas en problemas cuando ocurren contratiempos académicos

Noble (2014) explica que, en contraste, las personas con perfeccionismo poco saludable o desadaptativo están preocupadas por la discrepancia entre sus altos estándares, a veces rígidos, y su desempeño. Como estudiantes, los perfeccionistas desadaptativos son demasiado duros consigo mismos, atormentados por un solo punto perdido en un examen, por ejemplo, o angustiados por no recibir la calificación más alta en una clase. Fangel, F. (2010) Estos estudiantes a menudo sufren de dudas y desaliento y pueden experimentar un ajuste socioemocional y un rendimiento académico más pobres como resultado. Los estudiantes con perfeccionismo desadaptativo pueden ser más propensos a procrastinar (Burnam et al., 2014) y a confiar en estrategias de afrontamiento menos efectivas, como la evitación y la autculpa cuando se enfrentan a desafíos (Gnilka et al., 2012). Los signos de perfeccionismo

desadaptativo nunca deben ser tomados a la ligera por los asesores u otros profesionales de la educación superior, ya que puede conducir a altos niveles de estrés y ansiedad, patrones de pensamiento negativos e incluso ideación suicida.

En la explicación que hace De Rosa (2012) caracteriza al perfeccionismo adaptativo como un tipo natural y saludable de perfección, definido por la satisfacción con los logros de gran esfuerzo, pero la aceptación de los defectos sin necesidad de ello. La dura autocrítica que caracteriza a la perfección inadecuada. A los perfeccionistas adaptativos les va bien en entornos que requieren cooperación. Mientras que el perfeccionismo desadaptativo. Por otro lado, De Rosa (2012) explica que el perfeccionismo desadaptativo es la forma poco saludable de perfeccionismo que termina el bienestar de un individuo. Las personas que practican esta forma de perfeccionismo se encuentran para establecer altos estándares para sí mismos y cuando el miedo a no alcanzarlo termina haciéndolos estresados. Cuando se encuentra el fracaso (debido a establecer tareas más allá de las fortalezas de uno) da lugar a dudas sobre sí mismo, lo que a su vez trae consigo varios problemas otros.

En los estudios realizados por Fernández (2004) explica que los hábitos de estudio son prácticas habituales que las personas utilizan para ayudarse a estudiar y aprender. Los buenos hábitos de estudio pueden ayudar a los estudiantes a lograr o mantener buenas calificaciones. Burnam et al. (2014), explica que los miembros de la comunidad del campus que disfrutan de una relación continua con los estudiantes, los asesores académicos se encuentran en una posición única para fomentar actitudes de perfeccionismo positivo y adaptativo en los consejos. Puede ser frustrante encontrar estudiantes que tienen un rendimiento académico inferior, no debido a una capacidad deficiente, sino debido a las expectativas de sí mismos irrealmente bajas.

Algunos estudiantes pueden necesitar una persuasión suave y discreta para soñar en grande, mientras que otros pueden necesitar recordatorios no tan suaves para asumir más responsabilidad por su propio logro. Como asesores, sabemos que una actitud consistente de luchar por la excelencia es primordial

para el dominio de nuestros estudiantes, y lo más probable es que tengamos estudiantes que podrían beneficiarse de escuchar este mensaje de manera más clara y más frecuente.

Los asesores también pueden señalar la importancia de la reducción del estrés y alentar a los estudiantes a tomarse un tiempo para la meditación, la atención plena u otras prácticas de relajación. Jiménez (2021) localiza que los estudiantes deben ser guiados hacia estrategias activas y centradas en los problemas, como una mejor gestión del tiempo y la resolución crítica de problemas, en lugar de evitar o culparse a sí mismos, por hacer frente al estrés del fracaso académico (Noble et al. (2014) lo más importante es que los asesores deben permanecer conscientes de sus propias limitaciones y reconocer cuándo es apropiado referir a un estudiante con problemas a los recursos de asesoramiento del campus o de la comunidad.

En las explicaciones que hace Alex (2019) indica que los hábitos de estudio se relacionan directamente a estudiar, ganar el tiempo y dedicarse a la aplicación y la tarea de estudio, y enfrascarse en un proceso de aprendizaje, práctico. Por lo tanto, el hábito de estudio se puede derivar de lo anterior como comprar un horario dedicado y tiempo ininterrumpido para aplicar uno mismo a la tarea de aprender. La pregunta más apropiada es cómo los estudiantes deberían estudiar de manera más efectiva. Desarrollar buenas habilidades de gestión del tiempo es muy importante. Los estudiantes deben darse cuenta de que hay un tiempo para estar en clase, un tiempo para estudiar, un tiempo para la familia, un tiempo para socializar y un tiempo para estar solo.

Cuanto antes los estudiantes comiencen a practicar y desarrollar buenos hábitos, es más probable que los mantengan. De acuerdo con Marc (2017), la procrastinación se puede superar a través de buenos hábitos de estudio y mejorar los hábitos de estudio es la clave para un mejor aprendizaje. Organizarse y adquirir el hábito de hacer la tarea es una de las cosas más importantes para ayudar a los niños/estudiantes a formar buenos hábitos de aprendizaje para toda la vida. Desarrollar buenos hábitos de estudio ayuda a lograr el éxito y los estudiantes se encontrarán más productivos y menos estresados en el proceso.

Agrega que tener hábitos de estudio efectivos crea un ambiente de aprendizaje más efectivo.

En opinión de Agba (2019) en cualquier caso, los estudiantes poco serios que estudian sin habilidades específicas, tienen más probabilidades de desempeñarse por debajo del promedio. Así que concluyó que los buenos hábitos de estudio pueden ayudar a los estudiantes a: Llegar a tiempo a clase con regularidad. También les ayuda a entregar tareas a tiempo, leer o prepararse para cuestionarios y exámenes, tomar notas de forma independiente y mejorar las calificaciones, y hacer preguntas relevantes en clase; obteniendo así buenas calificaciones al final del semestre o al final del semestre.

El artículo de Agba (2019) sobre malos hábitos de estudio argumenta que desarrollar buenos hábitos de estudio en la escuela ayudará a los estudiantes a tener éxito en el aula y alcanzar sus metas educativas. Diferentes estudiantes tienen hábitos de estudio diferentes y únicos. Lo que puede ser un buen hábito de estudio para un estudiante en particular, puede ser un mal hábito para otro estudiante. Como tal, a menudo es difícil determinar en la práctica que esto es bueno y aquello es malo.

III.METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

3.3.1 Tipo de Investigación

Para su propósito, que se encuentra dentro de la investigación básica, Muntané (2010) explica que es un tipo de investigación que tiene como objetivo obtener una mejor comprensión de un tema básico, evento o ley de la naturaleza. Se refiere a estudios e investigaciones destinados a mejorar nuestra base de conocimientos científicos. Este tipo de investigación suele ser teórica, con el objetivo de mejorar nuestra comprensión de fenómenos o comportamientos particulares.

3.3.2 Tipo de Investigación

El diseño del estudio no es experimental. Según Moreno (2015) este diseño es aquella que carece de la ilusión de variabilidad independiente, la asignación aleatoria de participantes en contextos u órdenes condicionales, o ambos. Es un diseño colaborativo porque es una forma de estudio no experimental en la que el investigador mide dos variables y examina las relaciones matemáticas (es decir, las correlaciones) entre las variables.

El método seguido ha sido el método hipotético-deductivo, que es una forma de pensamiento orientado en un sentido de que comienza con principios, suposiciones e ideas comunes, y trabaja a partir de ahí hasta afirmaciones específicas sobre cómo es realmente el mundo. y cómo anda las hipótesis se prueban a través de la compilación y el análisis de datos y las consecuencias afirman o contradicen la teoría (Best et al. 2016).

A nivel de correlativo, es un perfil de investigación no empírico, en el que se mide dos variables, entendiendo y evaluando las relaciones estadísticas que hay entre ellas. sin la influencia de variables externas (Campbell y Stanley 1995).

3.2 Variables y operacionalización

Definición conceptual del perfeccionismo: Oros (2018), lo define como un rasgo de personalidad que incluye la creencia de que la perfección no solo es alcanzable, sino debe alcanzarse. Es un rasgo que no tiene absolutamente ninguna razón para rechazar. De hecho, la concentración adecuada es una virtud. como la necesidad

de ser o parecer ser perfecto, o incluso de creer que es posible alcanzar la perfección.

Definición operacional del perfeccionismo: Se utilizó la escala de perfeccionismo infantil adaptado a adolescentes, establecido por Oros; Consta de 16 ítems, mide el perfeccionismo adaptativo y el perfeccionismo no adaptativo.

Definición conceptual de los hábitos de estudio: Para Fernández (2018) constituyen un estilo de comportamiento sistemático, formado por los estudiantes hacia el aprendizaje y el logro, la forma que afronta para afrontar el proceso de estudio.

Definición operacional los hábitos de estudio: Se utilizó el inventario de hábitos de estudio adaptado de Fernández, consta de 30 ítems, cuya escala consta de tres alternativas.

3.3 Población, muestra y muestreo

3.3.1 Población

La población estuvo constituida por 178 educandos del quinto grado de la Institución Educación Pedro Vilcapaza. Según Best (2016), la población es un grupo de personas con una característica común. Por lo tanto, cualquier selección de individuos agrupados por una característica común puede decirse que es una población.

Criterios de inclusión

Se ha tomado en cuenta a los estudiantes que asisten normalmente a la institución, cuyos padres han otorgado el consentimiento para que fueran encuestados.

Criterios de exclusión

Se ha excluido a los estudiantes que no tenían la disposición de ser encuestados, que tampoco han tenido el consentimiento de los padres de familia, también se han excluido a los estudiantes que no han asistido en los días que se ha tomado en cuenta.

3.3.2 Muestra

Está constituidos por 120 estudiantes de las secciones "A", "B" Y "C" de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza de la ciudad de Azángaro, de la

región Puno. Soto (2021) la muestra se conceptúa como conjuntos de datos más pequeños que los investigadores seleccionan o escogen de una población más grande utilizando métodos de selección predefinidos.

3.3.3 Muestreo

La muestra ha sido seleccionada en forma intencional o por conveniencia, por tanto, son no probabilísticos. Fischer et al. (2014) define como una técnica en la que el investigador selecciona muestras basadas en el juicio subjetivo del investigador en lugar de la selección aleatoria.

Unidad de análisis

El estudio se realizó en la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza de Azángaro, que corresponde a la jurisdicción de la Unidad de Servicios Educativos de la provincia de Azángaro. La población con que se va a demostrar está conformada por alumnos del quinto grado de instrucción secundaria, cuyas edades oscilan entre los 16 a 18 años.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Las técnicas utilizadas para las dos variables han sido las encuestas. Una técnica es un método o una forma de hacer las cosas. Una buena técnica es hábil y rápida; hace que la tarea cuestión en se realice de acuerdo con los planes, especificaciones u objetivos asociados con ella. (2018).

El primer cuestionario de la encuesta referida al perfeccionismo fue creado por Oros (2003) la misma que fue validado para utilizar en adolescentes y jóvenes, a la fecha se utiliza con la finalidad de identificar el grado de perfeccionismo de estudiantes del nivel de Educación Secundaria. La encuesta está conformada por 16 preguntas; las primeras 8 referidas al perfeccionismo adaptativo, y del 9 al 16 referidos al perfeccionismo desadaptativo.

Ficha técnica de Escala de perfeccionismo infantil

Nombre: Escala de Perfeccionismo Infantil (EPI).

Autor: Oros. Validado por Valera et. al. (2018)

Procedencia: Universidades: Los Ángeles de Chimbote, San Agustín de Arequipa, Universidad Privada del Norte.

Aplicación Individual

Ámbito de aplicación: Desde los 12 hasta los 20 años.

Duración: 15 minutos, aproximadamente.

Finalidad: Se trata de una escala de 16 ítems para evaluar reactivos relacionados con el perfeccionismo infantil en dos dimensiones.

Sus excelentes propiedades psicométricas han sido probadas (Ventura-León et al., 2018). En el estudio se tuvo una fiabilidad de alfa: $\alpha = .87$.

Ficha técnica de Hábitos de estudio

Nombre: Inventario de hábitos de estudio (IHE)

Autor: Validado por Fernández (2012)

Procedencia: Buenos Aires, Argentina

Aplicación Individual

Ámbito de aplicación: Desde los 10 hasta los 25 años.

Duración: 15 minutos, aproximadamente.

Finalidad: El inventario consta de 30 elementos que brindan información sobre las condiciones ambientales del levantamiento, la planificación del levantamiento, el uso de materiales y el registro del contenido.

Para validar el cuestionario del perfeccionismo y los hábitos de estudio se validó con el dictamen de expertos, y de esta forma se consideraron los criterios de pertinencia, pertinencia y claridad, con el fin de revisar el contenido de cada uno de los cuestionarios y realizar los ajustes relativos (Hernández, 2018), especificando que los ítems adecuados miden cada aspecto, de manera que busque la aplicación, como se describe en la siguiente tabla.

Tabla 1

Validez de contenido por juicio de expertos

Nº	Grado Académico	Nombres y apellidos del experto	Dictamen
1	Magíster	Eleuterio Andrés Laura Arpi	Aplicable
2	Magíster	Yeny Elba Arcana Mamani	Aplicable
3	Magíster	Pedro Vilca Flores	Aplicable

Confiabilidad

Para lograr la confiabilidad de las herramientas, se realizó una prueba piloto con 16 estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Aplicación ISPA donde se realizó el estudio, se empleó el coeficiente alfa de Cronbach, Muntané (2018) aclara que es una medida que se utiliza para evaluar la confiabilidad o consistencia interna de un conjunto de elementos o escalas de prueba. Los valores para el perfeccionismo fueron .621 y para los hábitos de estudio de Fernández fue de ,624. Best y Kahn (2016) dilucidan que el grado de confiabilidad es el tamaño en que una herramienta de evaluación logra resultados consistentes y consistentes. Los estadísticos han verificado que cada factor tiene un puntaje que le permite ser consistente.

La escala se responde en una escala de respuesta de tres puntos, que van desde 1 ("no"), 2 ("a veces") y 3 ("sí"). Se ha aportado evidencia de sus excelentes propiedades psicométricas (Quero, 2018). En este estudio se obtuvo una confiabilidad alfa: $\alpha = 0,87$.

3.5 Procedimientos

Para la recolección de datos se ha solicitado el permiso del director de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza de Azángaro, de la misma forma con el director de estudios y el docente que lleva el área de tutoría en la sección seleccionada; se ha solicitado el permiso escrito de los padres de familia para la aplicación de los instrumentos a sus hijos. Una vez coordinado estas actividades, se ha procedido a realizar las encuestas, que han sido anónimas, mas bien, engrapando las dos encuestas que correspondan a la misma persona, de manera que las variables sean controladas correctamente, y que la correlación que se obtenga sea real y confiable. El documento de autorización de parte del director se acompaña en los anexos del presente informe.

3.6 Método de análisis de datos

La información recogida se ha procesado en el programa Excel y a la vez esto trasladado al programa SPSS 21 del cual se ha sacado a todos los estadísticos, que finalmente corresponden a esta investigación. Para la prueba de hipótesis primero se ha sometido a la Prueba de Kolmogorov y Smirnov, con los cuales se

ha determinado hacer la prueba con el Rho de Spearman. Ya decido esta acción se procedió a obtener la correlación con la Rho de Spearman.

3.7 Aspectos éticos

De acuerdo a los lineamientos establecidos por la universidad, en especial de la maestría en Psicología Educativa, según el código de ética en investigación de la Universidad Cesar Vallejo, ha sido mantener el anonimato de los participantes, no se ha manipulado de ninguna manera los resultados, los cuales se demuestran y que son el fiel reflejo de los datos obtenidos en las encuestas.

IV. RESULTADOS

4.1. Análisis de las variables y dimensiones

Tabla 2

Análisis descriptivo del perfeccionismo

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Perfeccionismo bajo	4	3,3%
Perfeccionismo moderado	27	22,5%
Perfeccionismo elevado	89	74,2%
Total	120	100,0%

Visualizando la tabla 5, se puede observar que el 3,3 % de la muestra seleccionada se percibe que están en el nivel de perfeccionismo bajo; mientras que el 22,5% de estudiantes a quienes se les tomó la encuesta, se encuentran en el nivel de perfeccionismo moderado, finalmente se observa que el 74,2 % se encuentra en el nivel de perfeccionismos elevado, esto significa que la gran mayoría se encuentran en el nivel de perfeccionismo elevado.

Tabla 3

Análisis descriptivo de los hábitos de estudio

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	2	1,7%
Medio	22	18,3%
Alto	96	80,0%
Total	120	100,0%

Según la tabla 3, observamos que el 1,7% de la muestra se denota que se encuentran en el nivel de hábitos de estudio bajo; a continuación, el 20,0 % de encuestados se encuentran en el nivel de hábitos de estudio medio, seguidamente se observa que el 80,0 % se encuentra en el nivel de hábitos de estudio alto, estos resultados nos demuestran que la gran mayoría de la muestra que se ha aplicado instrumentos se encuentran en el nivel de hábitos de estudio alto.

Tabla 4

Análisis descriptivo de perfeccionismo adaptativo

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Perfeccionismo adaptativo bajo	4	3,3%
Perfeccionismo adaptativo moderado	23	19,2%
Perfeccionismo adaptativo elevado	93	77,5%
Total	120	100,0%

De acuerdo a la tabla 4, podemos observar que el 3,3% de educandos se encuentran en el nivel de perfeccionismo adaptativo bajo, mientras que el 19,2% de estudiantes se encuentran en el nivel de perfeccionismo adaptativo moderado, al final encontramos que el 77,5 % de encuestados se ubican en la escala del perfeccionismo adaptativo elevado, esto denota que los educandos de esta institución se encuentran en su mayoría en las condiciones de perfeccionismo adaptativo elevado.

Tabla 4*Análisis descriptivo del perfeccionismo desadaptativo*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	3	2,5
Moderado	81	67,5
Elevado	36	30,0
Total	120	100,0

Como se aprecia en la tabla 5, observamos que el 2,5 % de educandos se encuentran en el nivel de perfeccionismo desadaptativo bajo, mientras que el 67,5 % de estudiantes se ubican en el nivel de un perfeccionismo desadaptativo moderado, finalmente se puede apreciar que el 30 % de estudiantes se encuentran en el nivel de perfeccionismo desadaptativo elevado. Además, se observó que los encuestados aspiran un perfeccionismo moderado, porque se esfuerzan, pero no se desesperan cuando no lo consiguen.

4.2. Resultados inferenciales

H₁: Existe relación entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la I.E.S. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022.

H₀: No existe relación entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la I.E.S. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022.

Tabla 5

Relación entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio

		Perfeccionismo	Hábitos de estudio
Rho de Spearman	Perfeccionismo	1,000	,338
	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	.	,000
	N	120	120

Conforme a la tabla 5, se aprecia que como resultado de la prueba de Rho de Spearman, que la prueba obtuvo un p valor de ,000 el cual es menor que al p valor tabulado ,05 por lo que se acepta la hipótesis de investigación, lo cual demuestra que existe correlación entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio en los estudiantes, existiendo entonces una correlación positiva baja (Rho = ,338).

H₁: Existe relación entre el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la I.E.S. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022.

H₀: No existe relación entre el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la I.E.S. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022.

Tabla 6*Relación entre el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio*

			Perfeccionismo adaptativo	Hábitos de estudio
Rho de Spearman	Perfeccionismo o adaptativo	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	1,000	,202
		N	120	120

Al observar la tabla 6, se aprecia que, en el resultado de la prueba de Rho de Spearman, que la prueba obtuvo un p valor de ,027 el cual es menor que al p valor tabulado ,05, por lo que se admite la hipótesis de investigación, con esto se demuestra que existe correlación entre el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio en los educandos del quinto grado, lo que demuestra que existe una correlación positiva baja (Rho = ,202).

H₁: Existe relación entre el perfeccionismo desadaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la I.E.S. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022.

H₀: No existe relación entre el perfeccionismo desadaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la I.E.S. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022.

Tabla 7

Relación entre el perfeccionismo desadaptativo y los hábitos de estudio

			Perfeccionismo desadaptativo	Hábitos de estudio
Rho de Spearman	Perfeccionismo desadaptativo	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	1,000	,195
		N	120	,033

Al revisar la tabla 7, observamos que el resultado de la prueba de Rho de Spearman, que la prueba obtuvo un p valor de ,033 valor menor que al p valor tabulado ,05, por lo que se aprueba la hipótesis de investigación, con esto se demuestra que existe correlación entre el perfeccionismo desadaptativo y los hábitos de estudio en los educandos del quinto. De esta manera se demuestra que existe una correlación positiva muy baja (Rho = ,195).

V. DISCUSIÓN

En la investigación que hemos realizado, después de haber aplicado la prueba estadística, se ha obtenido una correlación positiva baja ($r_s = ,338$), de esta manera se prueba que hay una correlación entre las dos variables, que son el perfeccionismo con los hábitos de estudio. En el estudio realizado por Madigan (2019) se ha encontrado que hay una relación positiva significativa entre el perfeccionismo y el logro académico; ($r = 0.24$), este resultado es similar a la que hemos obtenido, en consecuencia, se determina que hay relación entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio. La diferencia que encontramos con el autor es que nosotros relacionamos el perfeccionismo con los hábitos de estudio, mientras el autor citado relaciona el perfeccionismo con el rendimiento académico. Al respecto Boyes (2018) explicita que perfeccionismo, es un rasgo de personalidad caracterizado por el esfuerzo de una persona por la perfección y el establecimiento de altos estándares de desempeño, acompañado de autoestima y preocupación por las opiniones de los demás; demostrando que nuestros estudiantes al desear mejorar sus calificaciones, tratan de llegar a la perfección.

También es similar con el estudio realizado por Hereira (2017) que se propuso determinar la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico, en la investigación demuestra una relación débil entre los hábitos de estudio y resultados de aprendizaje, encontrando una relación débil de $r = 0.328$ de la misma manera que el perfeccionismo adaptativo va a propiciar a mejorar las prácticas de hábitos de estudio. En nuestro caso la relación existente entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio también obtuvimos una correlación baja. La diferencia también se percibe que el autor estudia el rendimiento académico correlacionado con la variable hábitos de estudio.

Refiriéndonos a nuestra hipótesis específica primera, en la investigación realizada a nivel internacional, Aguilar (2020) concluye que se encontró una relación negativa débil de $r = 0.328$ entre la perfección y la autoestima, lo que sugiere que, a mayor práctica del perfeccionismo, es menor la autoestima. Lo cual se relaciona con nuestra hipótesis específica segunda, relacionado con el perfeccionismo desadaptativo; el perfeccionismo desadaptativo en nuestro caso preocupa a los estudiantes por la práctica de los hábitos de estudio, con lo que

hay mejor tendencia de la práctica de autoestima, sin embargo, la conclusión de que al desarrollar la autoestima, puede cooperar a reducir las reacciones negativas que se presentan en los niños cuando ellos fracasan, entonces relaciono que si los hábitos de estudio son significativos; entonces hay mejor autoestima.

Realizando una comparación del trabajo culminado por Nunes (2019) indica que los hábitos de estudio están relacionados con la dimensión respuesta de madres, donde los padres que muestran alta reactividad influyen positivamente en el desarrollo de hábitos de estudio. Los resultados mostraron que los hábitos de estudio están relacionados con la dimensión respuesta de madres ($r = 0,19$) y padres ($r = 0,16$), y las variables sociodemográficas. Para nuestro estudio, al contrario, los padres de familia son los que promueven un perfeccionismo desadaptativo, exigiendo a sus hijos a que obtengan buenos calificaciones, y que sean los primeros de su salón de clase. Consideramos que los hábitos de estudio debe ser una práctica paulatina y no una actividad que hay que exigir improvisadamente.

Nuestro trabajo tiene una semejanza con el estudio efectuado por Andrade (2018) donde determina una relación de bajo nivel entre los hábitos de estudio y los resultados de aprendizaje, encuentra una relación de bajo nivel entre los hábitos de estudio y los resultados de aprendizaje ($r = 0,132$), esto determina una correlación baja; similar al nuestro que la correlación para el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio es de $\rho = .202$, una diferencia sustancial, que la correlación lo mide con la correlación de Pearson (r); mientras que nosotros obtenemos con el estadístico Rho de Spearman. ($\rho = .202$). Seguimos considerando que los hábitos de estudio son muy importantes, y esto puede ser aprovechado por los estudiantes que tienen posiciones de un perfeccionismo adaptativo; donde desean mejorar en sus actividades de aprendizaje, siempre que organicen mejor los hábitos de estudio.

En la investigación realizado en el Perú por Anaya (2018) llega a la conclusión de que hay una relación entre la atención y los hábitos de estudio de estudiantes de secundaria de Mirones – Lima. Finaliza el trabajo indicando una relación significativa ($r = 0.563$) entre la atención y los hábitos de aprendizaje a

nuestro criterio, creemos que sí debe haber atención para realizar cualquier actividad, mucho más para mejorar las actividades concernientes a los hábitos de estudio; con lo que estamos de acuerdo con los resultados obtenidos por el investigador.

Otra investigación nacional realizada por Millones (2019) llega a la conclusión, de que existe una relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y los hábitos de estudio en estudiantes de secundaria. Nuestro estudio no trata de la inteligencia emocional, pero sí de los hábitos de estudio, sin embargo, podemos relacionar que, para mostrar una inteligencia emocional positiva, debería adaptarse las actitudes de perfeccionismo adaptativo.

En la investigación desarrollada por Cruz (2017) sí encuentra una relación entre la inteligencia emocional y los hábitos de estudio en los educandos del Colegio Público Moche, a pesar que esta relación es débil ($r = 0.135$) de todas maneras determina una débil influencia de la inteligencia emocional sobre los hábitos de estudio. Al respecto esta investigación se asemeja al anteriormente analizado, donde se determina una correlación débil entre la inteligencia emocional y los hábitos de estudio. Nuestra segunda variable se relaciona este estudio, y se valora a los hábitos de estudio como en la anterior investigación.

Consideramos pertinente mencionar la investigación de Montesinos (2021) donde encuentra una relación entre las dimensiones de personalidad y los dominios de hábitos de aprendizaje que son positivas. En este caso se relaciona con nuestra primera hipótesis específica, donde la personalidad de los estudiantes tiene una relación con las actitudes del perfeccionismo adaptativo.

VI. CONCLUSIONES

En la investigación se arriba a las siguientes conclusiones:

Primera. Se concluyó que, existe una relación entre el perfeccionismo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022, donde en los resultados realizados con la prueba de Rho de Spearman, se obtuvo una correlación positiva baja ($Rho = ,338$) por lo que se acepta la hipótesis alterna y se niega a la hipótesis nula.

Segunda. Se concluyó que, existe relación directa entre el perfeccionismo adaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022, donde en la prueba de Rho de Spearman, se obtuvo una correlación positiva baja ($Rho = ,202$) de esta manera también se acepta la hipótesis alterna, y no se toma en cuenta la hipótesis nula.

Tercera. Se concluyó que, existe una relación directa entre el perfeccionismo desadaptativo y los hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022, donde el resultado de la prueba de Rho de Spearman, demuestra que existe una correlación positiva muy baja ($Rho = ,195$.) esto es un resultado que acepta la validez de la hipótesis alterna, negando la hipótesis nula

VII. RECOMENDACIONES

Primera. Se sugiere realizar en lo sucesivo, programas, talleres y charlas con padres de familia, para que no se exija una conducta de perfeccionismo desadaptativo: porque esto influye negativamente en los estudiantes; que al no conseguir el perfeccionismo obligado; pues tienen estrés, ansiedad, ira consigo mismo, hasta depresión que perjudica en sus estudios.

Segunda. Se sugiere a los docentes de la institución a que sus evaluaciones no sean dificultosas o de conocimiento, sino que se evalúen actitudes, trabajo, responsabilidad, creatividad, de esta forma no se va condicionar a ser perfeccionistas a los estudiantes, brindándoles mayor libertad para desempeñarse y lograr resultados que a ellos les interesa.

Tercera. En las siguientes investigaciones se investigue sobre nuevos instrumentos para medir el perfeccionismo y los hábitos d estudio, esto dará mayores luces para los trabajos investigativos sobre estos temas, de manera que temas no tratados en las instituciones educativas sean abordados y que se tome en cuenta para el bienestar de los estudiantes.

Cuarta. Se sugiere que, en las siguientes investigaciones, se relacione los hábitos de estudio con la ansiedad, el estrés y otras dimensiones que pudiesen provocar el perfeccionismo desadaptativo. A los tutores, identificar a estudiantes quienes tienen dificultades académicas para que los deriven al departamento de psicología y les brinden sugerencias para mejorar su rendimiento.

REFERENCIAS

- Adeninyi, V. (2017). *Estudiar para Aprobar: Implicaciones para los Estudiantes*. Buenos Aires, Argentina. <https://noticiasjovenes.es/articulo/124-383/estudiar-para-aprobar-estudiar-para-saber>
- Adeninyi, V. (2017). *Estudiar para Aprobar: Implicaciones para los Estudiantes*. Buenos Aires, Argentina. <https://noticiasjovenes.es/articulo/124-383/estudiar-para-aprobar-estudiar-para-saber>
- Agba, R. (2019) *Por qué los estudiantes deben desarrollar hábitos de estudio*. Providencia, Santiago de Chile. Importancia de los Hábitos de Estudio – Colegio Pumahue Huechuraba .
- Aguerrondo, I. (2012) *Investigación e Innovación. Educación*. (2) Investigación e Innovación en Educación Inclusiva.pdf Aldo Ocampo González – Academia.edu.
- Aguilar, L. (2012) *Medición del perfeccionismo académico: desarrollo de un inventario para estudiantes universitarios*. (PDF) Medición del perfeccionismo académico: desarrollo de un inventario para estudiantes universitarios (researchgate.net)
- Aguilar, R. (2020) *Relación entre perfeccionismo y bienestar psicológico en niños y adolescentes*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional “Enrique Guzmán y Valle”] Repositorio Institucional.
- Alva, S. (2021) *Relación entre perfeccionismo y bienestar psicológico en niños y adolescentes*. Lima, Perú. [Tesis de maestría, Universidad de Lima] Repositorio Institucional. Alva_Inga.pdf (ulima.edu.pe).
- Anaya, Y. (2018) *Atención y hábitos de estudio en estudiantes de secundaria de Mirones, Lima. 2016*. Lima, Perú. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo] Repositorio Institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/16051>
- Andrade, M. (2018) *Los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes de quinto, sexto y séptimo de educación general básica en la Unidad Educativa “Avelina Lasso de Plaza”, periodo 2016-2017*. Quito, Ecuador. [Tesis de maestría, Universidad Central de Ecuador]. Repositorio Institucional. Repositorio Institucional de la UNAM

- Arana, F. G., Keegan, E. G., y Rutzstein, G. (2019). *Adaptación de una medida multidimensional de perfeccionismo*. Madrid, España. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/download/463/432/1519>
- Antony, M, y Swinson, R. (2005) *Cuando lo perfecto no es suficiente. Estrategias para hacer frente al perfeccionismo*. <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617759007.pdf>
- Ashish, R (2018). *Hábitos de estudio para estudiantes*. <http://revistacientifica.uaa.edu.py/index.php/riics/article/view/864>
- Bedón (2019) *Estrategias metacognitivas y hábitos de estudio. Descripción: Estrategias metacognitivas y hábitos de estudio. Lima, Perú.* [Artículo científico, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.] Repositorio Institucional.
<http://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/UNJFSC/2171>
- Bernedo, J. (2018) *Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del tercer grado del ciclo avanzado del Centro de Educación Básica Alternativa “La Libertad”, Moquegua – 2018*. Lima, Perú. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo] Repositorio Institucional.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/26732/bernedo_sj.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Best, J. y Kahn, J. (2016). *Investigación en educación*. [https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Best,+J.+y+Kahn,+J.+\(2016\).+Investigaci%C3%B3n+en+educaci%C3%B3n&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart](https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Best,+J.+y+Kahn,+J.+(2016).+Investigaci%C3%B3n+en+educaci%C3%B3n&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart)
- Boyes, A. (2018) *Caracterización del perfeccionismo disfuncional en la niñez tardía*. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7237413.pdf>.
- Burnam, A., Komarraju, M., Hamel, R., & Nadler, D. R. (2014). *Do adaptive perfectionism and self-determined motivation reduce academic procrastination? Learning and Individual Differences, 36, 165–172*. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.10.009>
- Campbell, D. y Stanley, J. (1995) *Diseños experimentales y no experimentales en investigación social*. Página no encontrada | Doctorado Formación en la Sociedad del Conocimiento (usal.es)
- Capdevilla, A. (2016) *Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género*. <https://www.->

researchgate.net/publication/313864438_Importancia_de_los_habitos_de_estudio_en_el_rendimiento_academico_del_adolescente_diferencias_por_genero

- Carrasco, A., Belloch, A., y Perpiñá, C. (2018). *La evaluación del perfeccionismo: Utilidad de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo en la población española. Análisis y Modificación de Conducta*. La evaluación del perfeccionismo: utilidad en la Escala Multidimensional de Perfeccionismo en población española - Dialnet (unirioja.es)
- Cattell, R. B. y Kline, P. (2016). *El análisis científico de la personalidad y la motivación*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=123994>
- Chanamé, M. (2018) *Relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico de los alumnos ingresantes del Instituto del Sur 2017*. Arequipa, Perú. [Tesis de maestría. Universidad Católica de Santa María] Repositorio Institucional. Metadatos: Relación entre Hábitos de Estudio y Rendimiento Académico de los Alumnos Ingresantes del Instituto del Sur 2017 (concytec.gob.pe).
- Cruz L. (2017) *Inteligencia emocional y hábitos de estudio en alumnos de secundaria de una institución educativa estatal de Moche, 2017*. [Tesis de Maestría, Universidad Privada Antenor Orrego] Repositorio Institucional. Universidad Privada Antenor Orrego: Inteligencia emocional y hábitos de estudio en alumnos de secundaria de una institución educativa estatal de Moche, 2017 (upao.edu.pe)
- De Rosa, L. (2012) *Factores mantenedores del perfeccionismo desadaptativo o clínico*. <https://www.aacademica.org/000-072/210.pdf>
- Díaz, A. y Hernández, G (1998). *Estrategias de enseñanza para la promoción de aprendizajes significativos*. <https://www.uv.mx/dgdaie/files/2012/11/-CPP-DC-Diaz-Barriga-Estrategias-de-ensenanza.pdf>
- Fischer, H., Boone, W. y Neumann, K. (2014) *Diseños y enfoques de investigación cuantitativa*. Quantitative Research Designs and Approaches | Semantic Scholar
- Fernández, F. (2004) *Inventario de Hábitos de estudio de Pozar*. Buenos Aires, Argentina. Inventario de Hábitos de Estudio de Pozar | PDF | Ingeniería | Turismo (scribd.com)
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., y Rosenblate, R. (2016). *The dimensions of*

perfectionism.

<https://scirp.org/reference/referencespapers.aspx?referenceid=2016165>

García, A. y Pérez, D. (2014) *Perfeccionismo. Una propuesta contemporánea.*
https://www.academia.edu/7006647/Perfeccionismo_Una_propuesta_contempor%C3%A1nea

Garay, K. (2022) *Salud mental: perfeccionismo empuja a posponer decisiones importantes en la vida.* Perfeccionismo: causas, efectos y soluciones (mentalhealthcircle.com)

Hereira, A. (2017) *Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del grado undécimo de dos colegios adventistas del norte de Colombia.* Montemorelos, Colombia. [Artículo científico, Universidad de Montemorelos]. <http://memorias.um.edu.mx/ojs/index.-php/rev/article/-view/89>

Hernández, E. (2018). *Cómo redactar una tesis.* <https://biblioteca.udgvirtual.-udg.mx/jspui/handle/123456789/3409>

Labrador, F. y Larroy, C. (2004). *Terapia de conducta.* Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta - Dialnet (unirioja.es)

Madigan, D. (2019) *Un meta-análisis del perfeccionismo y el logro académico.* México D. F. Sociedad Mexicana de Psicología.

Marc, K. (2017) *La importancia de los buenos hábitos de estudio.* México D. F. Prentice Hall.

Mark, A. (2018) *Como estudiar.* México D. F. Prentice Hall.

Millones, E. (2019) *Inteligencia emocional y hábitos de estudio en estudiantes de secundaria.* Chimbote, Perú. Universidad San Pedro.

Mondragón, C. (2018). *Hábitos de estudio y rendimiento académico.* . Bogotá, Colombia: Editorial Magisterio.

Moreno, G. (2015). *Investigación e innovación educativa.* Barcelona, España. Ediciones Norma.

Muntané, J. *Introducción a la investigación Básica.* https://www.researchgate.-net/publication/341343398_Introduccion_a_la_Investigacion_basica

Nunes, P. (2019) *Hábitos de estudio y estilos de crianza: estudio correlacional.* Paraiba Brasil. Grupo de Estudios e Investigación en educación, sociedad y

Culturas (GEPEDUSC).

- Oblitas, L. (2010). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México D. F.: Cengage Learning Editores S. A.
- OMS, O. M. (2018). *Estudios epidemiológicos de Salud Mental en el Niño y el Adolescente*. Arequipa, Perú: Instituto de Salud Mental Honorio Delgado.
- Ordoñez, A. (2018) *Hábitos de Estudio*. Quetzaltenango, España. Ediciones Paidós.
- Oros, B. y Vargas, J. (2016) *Perfeccionismo infantil: Normalización de una escala argentina para su evaluación*. Universidad de la Cuenca del Plata- CONICET; ISAM-Universidad Adventista del Plata, Argentina. <https://dx.doi.org/10.5944/ap.13.2.17822>
- Oros, L. (2005) *Implicaciones del perfeccionismo infantil sobre el bienestar psicológico: Anales de psicología 2005*. <https://revistas.um.es/-analesps/article/view/26951>
- Ramírez, J. y Sáez, M. (2021) *Perfeccionismo y orientación de meta en estudiantes adolescentes de colegios privados*. https://repositorio-academico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/658694/Ramirez_SJ.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Rice, K. G. (15 de enero de 2021). La autoestima como mediador entre el perfeccionismo y la depresión: un análisis de ecuaciones estructurales Obtenido de: *Examen de las propiedades psicométricas de la escala de autoestima de Rosenberg en jóvenes eritreos* <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.3.304>.
- Tello, C., y Estefany, J. (2018) *Estilos de apego y perfeccionismo en jóvenes universitarios de Lima*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC), Lima, Perú. <https://doi.org/10.19083/tesis/624762>
- Ruíz, C. (2000). *Atrévase a no ser perfecto: Cuando el perfeccionismo es un problema*. (s.f.). Buenos Aires, Argentina: Aique Grupo Editor.
- Sáez, R. (2017) *La prioridad del método en la investigación pedagógica*. Madrid, España. Universidad Complutense. <https://cuedespyd.hypotheses.org/-2867>
- Stoeber. J. & Edbrooke, J. (2011) Perfectionism. https://www.researchgate.net/publication/236015794_Perfectionism

Swider, B. (27 de diciembre de 2018). *Los pros y los contras del perfeccionismo, según la investigación*. Obtenido de Innovation + The evolution of digital transformation: Pros y Contras de Perfeccionismo - Enciclopedia de ventajas y desventajas.

ANEXOS

Anexo 2
OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
El perfeccionismo	Rasgo de personalidad que incluye la creencia de que la perfección no solo es alcanzable, sino debe alcanzarse. Es un rasgo que no tiene absolutamente ninguna razón para rechazar.	La escala de perfeccionismo infantil adaptado a adolescentes, establecido por Oros; Consta de 16 ítems, mide el perfeccionismo adaptativo y el perfeccionismo no adaptativo	El perfeccionismo adaptativo	Ser el mejor Ganar siempre No cometer errores Trabajos mejor que los demás No perder Ser el primero	De 1 a 16 No muestra perfeccionismo De 17 a 32 muestra perfeccionismo adaptativo De 17 a 32 muestra perfeccionismo desadaptativo
			El perfeccionismo desadaptativo	Sentirse mal cuando pierde Preocuparse demasiado Sentirse mal al practicar deporte No se perdona Se enoja Se critica a sí mismo Sentimiento de culpa Se insulta a sí mismo	
Hábitos de estudio	Constituyen un estilo de comportamiento sistemático, formado por los estudiantes hacia el aprendizaje y el logro, la forma que afronta para afrontar el proceso de estudio.	Se utilizó el inventario de hábitos de estudio adaptado de Fernández, consta de 30 ítems, cuya escala consta de tres alternativas.	Hábitos de estudio	Elegir un lugar para estudiar Dejar de lado los problemas Realizar resúmenes y esquemas Aprende lo que estudia a su tiempo Atiende a sus profesores Sabe encontrar sus temas Siempre tiene ganas de estudiar Tiene confianza a sí mismo Hace su horario propio de estudio Sabe utilizar la biblioteca	Hasta 30 Escala I= Mal De 31 a 45 Escala II= No satisfactorio De 46 a 60 Escala III= Bien De 60 a más Escala IV= Excelente



**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE
El perfeccionismo**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1								
1	Necesito ser el/la mejor	X		X		X		
2	Tengo que ser la/el mejor alumno(a)	X		X		X		
3	Debo ganar siempre en las actividades que realizo	X		X		X		
4	No puedo cometer errores	X		X		X		
5	Mis trabajos deben ser mejores que los demás	X		X		X		
6	No debo perder cuando compito con mis amigos	X		X		X		
7	Debo ser el/la mejor de la clase	X		X		X		
8	Debo ser el/la primero(a) en terminar las tareas escolares	X		X		X		
DIMENSIÓN 2								
7	Me siento mal cuando pierdo en una competencia académica	X		X		X		
8	Me preocupa mucho por mis equivocaciones y fracasos	X		X		X		
9	Me siento muy mal cuando pierdo al jugar o practicar deporte	X		X		X		
10	Me cuesta perdonarme cuando me equivoco	X		X		X		
11	Me enojo cuando no logro lo que quiero	X		X		X		
12	Me crítico mucho a mí mismo(a) cuando cometo equivocaciones	X		X		X		
13	Tengo sentimientos de culpa por mis errores y fracasos	X		X		X		
14	Me insulto cada vez que cometo un error	X		X		X		
15	Me siento mal cuando pierdo en una competencia académica	X		X		X		
16	Me preocupa mucho por mis equivocaciones y fracasos	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Valida para su aplicacion

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Tany Elva Arcana Mariani

DNI: 40290316

Especialidad del validador: Docente Psicóloga - Universidad José Carlos Mariátegui

Azángaro, 06 de mayo de 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Experto Informante.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE
Hábitos de estudio**

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
1	¿Te agradaría disponer de un lugar totalmente a tu gusto para estudiar?	X		X		X		
2	¿Procuras dejar a un lado tus problemas personales cuando tienes que estudiar?	X		X		X		
3	¿Acostumbras a hacer resúmenes o esquemas de las lecciones que estudias?	X		X		X		
4	¿Estudias con agrado las asignaturas que te son antipáticas?	X		X		X		
5	¿Estudias con verdadera intención de aprender y de memorizar lo que estás estudiando?	X		X		X		
6	Dejas para última hora la preparación de la mayor parte de las asignaturas?	X		X		X		
8	¿Te resulta difícil prestar atención a ciertos profesores?	X		X		X		
7	¿Preguntas al profesor cuando no comprendes algo?	X		X		X		
8	¿Sabes encontrar con rapidez cualquier tema en tu libro acudiendo al índice?	X		X		X		
9	¿Has dejado alguna vez sin concluir la tarea de trabajo y estudio que te había propuesto?	X		X		X		
10	¿Te gustaría tener otra forma personal de estudio más eficaz?	X		X		X		
12	¿Has logrado hacer de tu trabajo de estudio un verdadero hábito?	X		X		X		
13	¿Tienes algunos días más ganas de estudiar que otros?	X		X		X		
14	¿Obtendrías mejores calificaciones si te lo propusieses?	X		X		X		
15	¿Acudas a leer y comprobar las "llamadas" que encuentras a través de tus lecturas?	X		X		X		
16	¿Te han enseñado cómo hacer resúmenes y esquemas de toda la lección estudiada?	X		X		X		
17	¿Tienes confianza en tu propia memoria?	X		X		X		
18	¿El tiempo que le dedica a cada asignatura, ¿es proporcional a su importancia?	X		X		X		
19	¿Crees que leerías mejor si diariamente hicieras prácticas de lectura?	X		X		X		

20	¿Estudios en un lugar cómodo, con mesa, ventilación, temperatura e iluminación?	X		X		X	
21	¿adecuada?	X		X		X	
22	¿Empleas el diccionario cuando encuentras alguna palabra que no comprendes?	X		X		X	
23	o sobre la que tienes dudas?	X		X		X	
24	¿Sabes desenvolverte bien en una biblioteca, buscando sin ayuda los textos y	X		X		X	
25	autores que desean?	X		X		X	
26	¿Estudias y realizas, a veces, trabajos escolares formando parte de un equipo de	X		X		X	
27	compañeros de clase?	X		X		X	
28	¿Has confeccionado tu propio horario de estudio?	X		X		X	
29	¿Recuerdas lo mejor que aprendiste con interés?	X		X		X	
30	¿Tienes un motivo fuerte, capaz de hacerte estudiar con ilusión?	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Valido para su Aplicación

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Yeny Elva Arcana Marzani

DN: 40290316

Especialidad del validador: Docente Psicología: Universidad Cesárese Carles Mariategui

Azángaro, 06 de mayo de 2022.

- ¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³**Ciudad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

[Firma manuscrita]
Yeny E. Arcana Marzani

Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE
Hábitos de estudio

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN ÚNICA							
1	¿Te agradaría disponer de un lugar totalmente a tu gusto para estudiar?	X		X		X		
2	¿Procuras dejar a un lado tus problemas personales cuando tienes que estudiar?	X		X		X		
3	¿Acostumbra a hacer resúmenes o esquemas de las lecciones que estudias?	X		X		X		
4	¿Estudias con agrado las asignaturas que te son antipáticas?	X		X		X		
5	¿Estudias con verdadera intención de aprender y de memorizar lo que estás estudiando?	X		X		X		
7	Dejas para última hora la preparación de la mayor parte de las asignaturas?	X		X		X		
8	¿Te resulta difícil prestar atención a ciertos profesores?	X		X		X		
7	¿Preguntas al profesor cuando no comprendes algo?	X		X		X		
8	¿Sabes encontrar con rapidez cualquier tema en tu libro acudiendo al índice?	X		X		X		
9	¿Has dejado alguna vez sin concluir la tarea de trabajo y estudio que te había propuesto?	X		X		X		
11	¿Te gustaría tener otra forma personal de estudio más eficaz?	X		X		X		
12	¿Has logrado hacer de tu trabajo de estudio un verdadero hábito?	X		X		X		
13	¿Tienes algunos días más ganas de estudiar que otros?	X		X		X		
14	¿Obtendrías mejores calificaciones si te lo propusieses?	X		X		X		
15	¿Acudas a leer y comprobar las "llamadas" que encuentras a través de tus lecturas?	X		X		X		
16	¿Te han enseñado cómo hacer resúmenes y esquemas de toda la lección estudiada?	X		X		X		
17	¿Tienes confianza en tu propia memoria?	X		X		X		
18	¿El tiempo que le dedica a cada asignatura, ¿es proporcional a su importancia?	X		X		X		
19	¿Crees que leerías mejor si diariamente hicieras prácticas de lectura?	X		X		X		

20	¿Estudios en un lugar cómodo, con mesa, ventilación, temperatura e iluminación?	X		X		X	
21	adecuada?	X		X		X	
22	¿Empleas el diccionario cuando encuentras alguna palabra que no comprendes?	X		X		X	
23	o sobre la que tienes dudas?	X		X		X	
24	¿Sabes desenvolverte bien en una biblioteca, buscando sin ayuda los textos y	X		X		X	
25	autores que desean?	X		X		X	
26	¿Estudias y realizas, a veces, trabajos escolares formando parte de un equipo de	X		X		X	
27	compañeros de clase?	X		X		X	
28	¿Has confeccionado tu propio horario de estudio?	X		X		X	
29	¿Recuerdas lo mejor que aprendiste con interés?	X		X		X	
30	¿Tienes un motivo fuerte, capaz de hacerte estudiar con ilusión?	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay

suficiencia): Es Aplicable el Instrumento

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable** **Aplicable después de corregir** **No aplicable**

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Eleuterio Andrés Laura Arpi

DNI: 0.125.7719

Especialidad del validador: Magister en Educación. Director I.E.S. PP. Azángaro

Azángaro, 06 de mayo de 2022.

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Ciudad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 Prof. Eleuterio Andrés Laura Arpi
 D. Nº 1173 - 2013 ANR - PERU
 R.N. 211546 - MES - CUBA

Firma del Experto Informante.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE
El perfeccionismo**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1								
1	Necesito ser el/la mejor	X		X		X		
2	Tengo que ser la/el mejor alumno(a)	X		X		X		
3	Debo ganar siempre en las actividades que realizo	X		X		X		
4	No puedo cometer errores	X		X		X		
5	Mis trabajos deben ser mejores que los demás	X		X		X		
6	No debo perder cuando compito con mis amigos	X		X		X		
7	Debo ser el/la mejor de la clase	X		X		X		
8	Debo ser el/la primero(a) en terminar las tareas escolares	X		X		X		
DIMENSIÓN 2								
7	Me siento mal cuando pierdo en una competencia académica	X		X		X		
8	Me preocupo mucho por mis equivocaciones y fracasos	X		X		X		
9	Me siento muy mal cuando pierdo al jugar o practicar deporte	X		X		X		
10	Me cuesta perdonarme cuando me equivoco	X		X		X		
11	Me enoja cuando no logro lo que quiero	X		X		X		
12	Me critico mucho a mí mismo(a) cuando cometo equivocaciones	X		X		X		
13	Tengo sentimientos de culpa por mis errores y fracasos	X		X		X		
14	Me insulto cada vez que cometo un error	X		X		X		
15	Me siento mal cuando pierdo en una competencia académica	X		X		X		
16	Me preocupo mucho por mis equivocaciones y fracasos	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Es aplicable el instrumento

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Eleuterio Andrés Laura Arpi

DNI: 0.155.7719

Especialidad del validador: Magister en Educación - Director IES PP Azángaro

Azángaro, 06 de mayo de 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Msc. Eleuterio Andrés Laura Arpi
R. Nº 1173 - 2013 ANR - PERU
R.L.N. 241646 - MES - CUBA

Firma del Experto Informante.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, JOAN CARLOS ESPINOZA SOTELO, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Perfeccionismo y hábitos de estudio en estudiantes del quinto grado de la IES. Pedro Vilcapaza de Azángaro, 2022", cuyo autor es CONDORI CCUNO CECIBEL BRIGITTE, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 19.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 15 de Agosto del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
JOAN CARLOS ESPINOZA SOTELO DNI: 10279981 ORCID: 0000-0002-8324-6668	Firmado electrónicamente por: JESPINOZA9 el 15- 08-2022 19:44:02

Código documento Trilce: TRI - 0416123