

IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología
XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos
Aires, 2012.

Perfeccionismo y procrastinación: relación con desempeño académico y malestar psicológico. Estado del arte.

Galarregui, Marina y Keegan, Eduardo.

Cita:

Galarregui, Marina y Keegan, Eduardo (2012). *Perfeccionismo y procrastinación: relación con desempeño académico y malestar psicológico. Estado del arte. IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-072/218>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/emcu/V4Y>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

PERFECCIONISMO Y PROCRASTINACIÓN: RELACIÓN CON DESEMPEÑO ACADÉMICO Y MALESTAR PSICOLÓGICO. ESTADO DEL ARTE

Galarregui, Marina - Keegan, Eduardo

Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires - Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Tecnológicas

Resumen

El objetivo del artículo es presentar una revisión bibliográfica sobre perfeccionismo y procrastinación. Se define al perfeccionismo como la tendencia a fijar altos estándares de desempeño en combinación con una evaluación excesivamente crítica de los mismos y una creciente preocupación por cometer errores. La procrastinación se define como la tendencia a demorar tareas que deben completarse, que usualmente da lugar a un estado de insatisfacción o malestar subjetivo. Diversos estudios han señalado la prevalencia del perfeccionismo y la procrastinación en el ámbito académico. Por otra parte, distintas publicaciones científicas han asociado tendencias perfeccionistas y conductas procrastinadoras a problemáticas clínicas. Por ende, se examina la relación de las variables mencionadas con desempeño académico y malestar psicológico. Los resultados podrán aportar nueva información sobre las variables en estudio y conformarán el marco teórico de futuras investigaciones en nuestro medio.

Palabras Clave

Perfeccionismo, procrastinación.

Abstract

PERFECTIONISM AND PROCRASTINATION: THEIR RELATIONSHIP WITH ACADEMIC PERFORMANCE AND PSYCHOLOGICAL DISTRESS. STATE OF THE ART.

The aim of the following paper is to present a literature review on perfectionism and procrastination. Perfectionism is defined as the tendency to establish high standards of performance in combination with an excessively critical evaluation of these and an increasing concern about making mistakes. Procrastination is defined as the tendency to delay tasks to be accomplished, which usually results in a state of dissatisfaction or subjective distress. On the other hand, different scientific publications have associated perfectionist tendencies and procrastinating behaviors to clinical problems. According to this, the relationship between the mentioned variables with academic performance and psychological distress are examined. The results could contribute new data on the variables of this study and will be part of the theoretical framework of future research in our field.

KeyWords

Perfectionism, procrastination.

Introducción

En los últimos años el interés por el estudio del perfeccionismo ha ido incrementándose exponencialmente (Haring, Hewitt, & Flett, 2003). No obstante, existen diferencias fundamentales entre los investigadores respecto de la definición y conceptualización de dicho constructo. Históricamente, el perfeccionismo fue definido como un rasgo caracterológico negativo o perjudicial (Blatt, 1995; Hewitt, Flett, & Ediger, 1996). Burns (1980) caracterizó a los sujetos perfeccionistas como aquellos cuyos altos estándares están fuera del alcance o la razón, que se esfuerzan compulsivamente y sin descanso hacia metas imposibles y que miden su propio valor enteramente en términos de productividad y logro. Esta conceptualización unidimensional del perfeccionismo como característica negativa de la personalidad está estrechamente asociada a psicopatología y fue dominante en la literatura durante varios años (Stoeber & Otto, 2006). Si bien, Hamachek en 1978 describió dos tipos de perfeccionismo, uno normal y otro neurótico; los enfoques multidimensionales y la evidencia empírica asociada a ésta conceptualización de perfeccionismo es más reciente. Distintos autores han propuesto diversas clasificaciones para estos dos aspectos del perfeccionismo: esfuerzos positivos y preocupaciones desadaptativas (Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubauer, 1993), perfeccionismo positivo y perfeccionismo negativo (Terry-Short, Owens, Slade, & Dewey, 1995), perfeccionismo adaptativo y perfeccionismo desadaptativo (Rice, Ashby, & Slaney, 1998), entre otros. Se define el aspecto positivo como predominantemente normal o saludable (Slade & Owens, 1998), caracterizado por altos niveles de organización, altos estándares personales y una motivación positiva hacia el logro de metas (Flett & Hewitt, 2006). El aspecto negativo, en contraste, se define como patológico o poco saludable, asociándose con una autoevaluación excesivamente crítica que conlleva desventajas inherentes para el individuo (Slade & Owens, 1998). En congruencia con esta concepción multidimensional, se define al perfeccionismo como la tendencia a establecer altos estándares de desempeño en combinación con una evaluación excesivamente crítica de los mismos y una creciente preocupación por cometer errores (Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990).

La procrastinación ha sido definida como una tendencia irracional para retrasar tareas que deben completarse (Lay, 1986). Ferrari y colaboradores (1995) la definen como el hecho de posponer la culminación de una tarea que usualmente resulta en un estado de insatisfacción o malestar subjetivo (Burka & Yuen, 1983). Según

Milgram (1991) el malestar emocional experimentado es secundario a la sucesión de comportamientos de aplazamiento, por lo tanto, el ánimo negativo sería resultado de las manifestaciones conductuales de la procrastinación y no la causa de la conducta dilatoria. Otros autores sugieren que quienes procrastinan entran en un conflicto entre lo que deberían y lo que desean hacer, permanecen en el dilema acercamiento-avoidancia, anticipan la acción como poco atractiva y la recompensa como lejana en el tiempo (Pittman, Matthews, Tykocinski, Sandman-Keinan & Mattwes, 2007). Estudios de prevalencia en población norteamericana señalan que el 40% de las personas ha experimentado problemas en diferentes contextos a causa de la procrastinación y que aproximadamente el 20% sufre de procrastinación crónica (Ferrari, Johnson & McCown, 1995). Se diferencian entonces procrastinadores situacionales y procrastinadores crónicos, variando la prevalencia en función de la generalización de los aplazamientos a distintas áreas. Además, Ferrari (2001) distingue dos tipos de procrastinación crónica: por activación y por evitación. La procrastinación crónica por activación remite a toda postergación que precipita una activación fisiológica y emocional en quienes procrastinan. Las personas con esta tendencia indican que deliberadamente esperan hasta último momento con el fin de experimentar una sobrecarga de energía y refieren encontrar beneficios asociados. Por el contrario, los procrastinadores crónicos por evitación son aquellas personas que postergan el inicio o la culminación de una actividad por encontrarla aversiva y por temor al fracaso. Algunos autores consideran que las conductas procrastinatorias persisten porque temporalmente alivian la ansiedad (Steel, 2007), aunque el alivio emocional y el estado de ánimo positivo serían sólo temporales.

Consecuencias psicológicas

Se considera que el perfeccionismo juega un rol importante como factor de riesgo en el desarrollo de depresión (Hewitt & Dyck, 1986; Hewitt, Flett & Ediger, 1996) y se ha encontrado que mientras el perfeccionismo aumenta, la asociación con ansiedad y ánimo depresivo resulta más sólida (Wei, Mallinckrodt, Russell & Abraham, 2004). Asimismo, algunas dimensiones específicas de perfeccionismo interactúan con el estrés general, generando incrementos en la sintomatología depresiva o el afecto negativo (Chang & Rand, 2000; Dunkley, Zuroff, & Blankstein, 2003; Flett, Hewitt, Endler & Tassone, 1995). Por otra parte, diversos estudios asocian la procrastinación con características de personalidad y cuadros clínicos, tales como baja autoestima, baja confianza en sí mismo, impulsividad, perfeccionismo, depresión y ansiedad (Ferrari & Díaz-Morales, 2007; Ferrari & Emmons, 1995; Flett, Hewitt, & Martin, 1995; Van Eerde, 2003). En relación con estos hallazgos, resulta relevante evaluar el malestar psicológico presentado por estudiantes universitarios y explorar posibles relaciones con perfeccionismo y procrastinación, en tanto dichas variables podrían incidir en la aparición y mantenimiento de aquél.

Incidencia en el ámbito académico

Se estima que la procrastinación académica es un fenómeno común entre los estudiantes (Solomon & Rothblum, 1984; Onwuegbuzie, 2000), representado aproximadamente por un setenta por ciento de la población universitaria (Ferrari et al., 2005). Onwuegbuzie (2004) informa que el 41,7% de los estudiantes universitarios procrastina sobre cómo escribir un trabajo final, el 39,3% procrastina al estudiar para exámenes y el 60,0% procrastina cuando intenta mantener

un ritmo semanal de lectura. Por otro lado, algunos investigadores sugieren que la procrastinación en estudiantes, tendría relación con el miedo al fracaso y la aversión a la tarea (Solomon & Rothblum, 1984). Schouwenburg, Lay, Pychyl y Ferrari (2004) señalan que la procrastinación ha dado lugar al estudio de diversas variables asociadas, lo cual ha permitido identificar rasgos de personalidad asociados, principalmente aquellos referidos a la organización, planificación y autorregulación para la búsqueda y obtención de metas. En relación con estas variables, diversos estudios han hallado asociaciones entre procrastinación y perfeccionismo en estudiantes (Flett, Blankstein, Hewitt & Koledin, 1992; Onwuegbuzie, 2000). Consecuentemente, distintas publicaciones científicas han señalado la relevancia del perfeccionismo en el ámbito académico, reportando que aproximadamente un 70% de la población universitaria evaluada presenta rasgos perfeccionistas (Rice & Slaney, 2002; Suddarth & Slaney, 2001). Estos rasgos se evidenciarían en el ámbito académico a través de comportamientos como la meticulosidad en el estudio, una excesiva preocupación por obtener altos niveles de rendimiento y por no fracasar en términos académicos, así como por la postergación de las situaciones de examen (Blankstein, Dunkley, & Wilson, 2008) y su correspondiente influencia en la autoeficacia académica (Yao, 2009). Diversos estudios han utilizado el promedio académico general como medida de desempeño académico en estudiantes universitarios, encontrando asociaciones específicas respecto del perfeccionismo (Rice & Ashby, 2007; Rice & Dellwo, 2002). Se sugiere que estudiantes no perfeccionistas suelen tener promedios académicos más bajos que estudiantes perfeccionistas (Rice et al., 2007). Otros estudios informan diferencias significativas entre perfeccionistas adaptativos y desadaptativos respecto de su promedio académico (Ashby & Bruner, 2005; Rice et al., 2007). No obstante, hay investigaciones que contradicen dichos resultados, concluyendo que no habría diferencias significativas para promedio académico entre perfeccionistas adaptativos y perfeccionistas desadaptativos (Grzegorek, Slaney, Franze, & Rice, 2004; Rice, et al., 2002). Específicamente en relación con la procrastinación, varios estudios señalan que la tendencia a posponer tareas interfiere negativamente con los logros académicos (Moon & Illingworth, 2005), siendo la consecuencia más frecuente un bajo rendimiento que interfiere con el funcionamiento y la organización individual (Dewitte & Schouwenburg, 2002). En este punto y dada la divergencia de resultados encontrados, resulta relevante estudiar el desempeño académico en estudiantes universitarios argentinos y evaluar la posible relación con las demás variables en estudio.

Desarrollos sobre perfeccionismo y procrastinación en el medio local

En los últimos años, se han desarrollado varios avances sobre el estudio del perfeccionismo en nuestro medio. En el año 2009, Arana, Keegan & Rutzstein realizaron una adaptación lingüística y conceptual de la escala Almost Perfect Scale Revised (APS-R, Slaney et al., 2001). Este instrumento evalúa perfeccionismo y permite discriminar perfiles adaptativos y desadaptativos. Desde entonces, se ha investigado la incidencia del perfeccionismo en población local. En coherencia con los resultados de investigaciones previas (Rice & Slaney, 2002; Suddarth & Slaney, 2001), se ha reportado una elevada proporción de individuos perfeccionistas, más de la mitad de los estudiantes evaluados (Arana et al., 2009). Además, se halló una correlación positiva entre perfeccionismo desadaptativo y malestar emocional (Arana et al., 2009a), así como una asociación entre perfeccionismo desadaptativo y baja percepción de calidad de vida (Arana et al., 2010).

En lo referido a la procrastinación, Furlán y colaboradores (en prensa) han realizado la adaptación de la Escala de Procrastinación de Tuckman (TPS, Tuckman, 1990). Este instrumento es una medida de autoinforme sobre la tendencia a perder el tiempo, postergar o dejar de hacer cosas que ya deberían estar hechas (Furlán, et al., 2010). Los autores han señalado ausencia de diferencias significativas de acuerdo al género y ausencia de relación con rendimiento académico (Furlán, et al., 2010). Por otra parte, hallaron una correlación moderada y positiva entre procrastinación y ansiedad frente a los exámenes (Furlán, et al., 2010).

Conclusiones

Atento al material bibliográfico revisado, se puede concluir que investigar la relación entre perfeccionismo, procrastinación, desempeño académico y malestar psicológico podría aportar nueva información sobre estas variables y resultar en aportes específicos a la discusión actual sobre el carácter multidimensional del perfeccionismo y la relevancia de diferenciar sujetos perfeccionistas adaptativos y desadaptativos. Asimismo, estos resultados contribuirían a los desarrollos sobre perfeccionismo y procrastinación en nuestro medio y podría resultar de utilidad para el desarrollo de futuras intervenciones psicológicas específicas.

Nota: El presente artículo se enmarca en el marco de un plan de trabajo de investigación aprobado por el CONICET con sede en el Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires.

Bibliografía

Arana, F. G., Scappatura, M. L., Miracco, M., Elizathe, L., Rutzstein, G., & Keegan, E. G. (2010) Perfeccionismo positivo / negativo y percepción de calidad de vida en estudiantes de Psicología, Medicina e Ingeniería de la Ciudad de Buenos Aires. Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología, 17, 17-34.

Arana, F. G., Keegan, E. G., & Rutzstein, G. (2009). Adaptación de una medida multidimensional de perfeccionismo: la Almost Perfect Scale-Revised (APS-R). Un estudio preliminar sobre sus propiedades psicométricas en una muestra de estudiantes universitarios argentinos. *Evaluar*, 9, 35-53

Arana, F.; Scappatura, M. L.; Miracco, M.; Elizathe, L.; Rutzstein, G. y Keegan, E. (2009). Un estudio sobre perfeccionismo en estudiantes universitarios argentinos: resultados preliminares en estudiantes de Psicología. Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires. ISSN 0329-5885. Vol XVI, tomo I, 17-24.

Ashby, J. S. & Bruner, L. P. (2005). Multidimensional perfectionism and obsessive-compulsive behaviors. *Journal of College Counseling*, 8(1), 31-40.

Blankstein, K. R., Dunkley, D. M., & Wilson, J. (2008). Concerns and Personal Standards Perfectionism: Self-esteem as a Mediator and Moderator of Relations with Personal and Academic Needs and Estimated GPA. *Current Psychology*, 27, 29-61.

Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50, 1003-1020.

Burka, J. B., & Yuen, L. M. (1983). *Procrastination: Why you do it and what to do about it*. Reading, PA: Addison-Wesley.

Burns, U. D. (1980). The perfectionist's script for defeat. *Psychology Today*, 34-51.

Chang, E. C., & Rand, K. L. (2000). Perfectionism as a predictor of subsequent adjustment: Evidence for a specific diathesis-stress mechanism among college students. *Journal of Consulting Psychology*, 47, 129-137.

Dewitte, S., & Schouwenburg, H. (2002). Procrastination, temptation and

incentives: The struggle between the present and the future in procrastination and the punctual. *European Journal of Personality*, 16, 469-489.

Dunkley, D. M., Zuroff, D. S., & Blankstein, K. R. (2003). Self-critical perfectionism and daily affect: Dispositional and situational influences on stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (1), 234-252.

Ferrari, J. (2001) *Getting things done on time: conquering procrastination. Coping With Stress Effective People and Processes*. Oxford university press, 30-46.

Ferrari, J. R., & Díaz-Morales, J. F. (2007). Perceptions of self-concept and self-presentation by procrastinators: Further evidence. *The Spanish Journal of Psychology*, 10, (1), 91-96.

Ferrari, J. R., & Emmons, R. (1995). Methods of procrastination and their relation to self-control and self reinforcement. *Journal of Social Behavior and Personality*, 10, 135-142.

Ferrari, J. R., Johnson, J., & McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research and practice*. New York: Plenum Press.

Ferrari, J. R., O'Callaghan, J., & Newbegin, I. (2005). Prevalence of procrastination in the United States, United Kingdom, and Australia: Arousal and avoidance delays among adults. *North American Journal of Psychology*, 7, 1-6.

Flett, G. L., Blankstein K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavioral and Personality*. 20 (2), 85-94.

Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2006). Positive versus negative perfectionism. A comment on Slade and Owen's dual process model. *Behavior Modification*, 30(4), 472-495.

Flett, G. L., Hewitt, P. L., Endler, N. S., & Tassone, C. (1995). Perfectionism and components of state and trait anxiety. *Current Psychology: Developmental, Learning, Personality, Social*, 13, 326-350.

Flett, G., Hewitt, P., & Martin, T. (1995). Dimensions of perfectionism and procrastination. In J. R. Ferrari, J. Johnson, & W. McCown, (Eds.), *Procrastination and task avoidance: Theory, research and practice*, (pp. 113-136). New York: Plenum Press.

Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14, 119-126.

Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14, 449-468.

Furlan, L.; Heredia, D.; Piemontesi, S. & Tuckman, B.W. (en prensa) Análisis factorial confirmatorio de la adaptación argentina de la escala de procrastinación de Tuckman (ATPS). *Perspectivas en Psicología*.

Furlan, L.; Heredia, D.; Piemontesi, S.; Illbele, A. y Sánchez Rosas, J. (2010) Adaptación de la escala de procrastinación de Tuckman para estudiantes universitarios. *Memorias II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología*, Tomo IV, 450-451.

Furlan, L.; Piemontesi, S.; Illbele, A.; Sanchez Rosas, J. (2010) Procrastinación y Ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de psicología de la UNC. *Memorias II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología*, Tomo I, 310-311.

Grzegorek, J. L., Slaney, R. B., Franze, S., & Rice, K. G. (2004). Self-criticism, dependency, self-esteem, and grade point average satisfaction among clusters of perfectionists and nonperfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 51(2), 192-200.

Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.

Haring, M., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2003). Perfectionism, coping, and quality of intimate relationships. *Journal of Marriage & Family*, 65, 143-158.

Hewitt, P. L., & Dyck, D. G. (1986). Perfectionism, stress, and vulnerability to depression. *Cognitive Therapy and Research*, 10, 137-142.

Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Ediger, E. (1996). Perfectionism and depression:

- Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypotheses. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 276-280.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20, 474-495.
- Milgram, N. (1991). Procrastination. In R. Dulbecco (Ed.), *Encyclopedia of human biology*, 6, 149-155. New York: Academic Press.
- Moon, S., & Illingworth, A. (2005). Exploring the dynamic nature of procrastination: A latent growth curve analysis of academic procrastination. *Personality and Individual Differences*, 38, 297-309.
- Onwuegbuzie, A. J. (2000). Academic procrastinators and perfectionistic tendencies among graduate students. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15, 103-109.
- Onwuegbuzie, A. J. (2004). Academic procrastination and statistics anxiety. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 29, 3-19.
- Pittman, T., Matthews, P., Tykocinski, O., Sandman-Keinan, R. and Mattwes, P. (2007) When bonuses backfire: an inaction inertia analysis of procrastination induced by a missed opportunity. *Journal of Behavioral Decision Making* (online), Wiley InterScience.
- Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2007). An efficient method for classifying perfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 72-85.
- Rice, K. G., & Dellwo, J. P. (2002). Perfectionism and self-development: Implications for college adjustment. *Journal of Counseling & Development*, 80(2), 188.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 304-314.
- Rice, K., & Slaney, R. B. (2002). Clusters of Perfectionists: Two Studies of Emotional Adjustment and Academic Achievement. *Measurement & Evaluation in Counseling & Development*, 35-48.
- Schouwenburg, H., Lay, C., Pychyl, T. & Ferrari, J. (2004). *Counseling the procrastinator in academic settings*. Washington DC, American Psychological Association.
- Slade, P. D., & Owens, R. G. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 22, 372-391.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 130-145.
- Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-509.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133, 65-94.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: approaches, evidence, challenges. *Personality and social psychology review* an official journal of the Society for Personality and Social Psychology Inc, 10(4), 295-319.
- Suddarth, B. H. & Slaney, R. B. (2001). An investigation of the dimensions of perfectionism in college students. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 157-165.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18, 663-668.
- Tuckman, B.W. (2002). *Academic procrastinator: Their rationalizations and web-course performance*. APA Symposium Paper, Chicago, IL.
- Van Eerde, W. (2003). A meta-analytically derived nomological network of procrastination. *Personality and Individual Differences*, 35, 1401-1418.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W., & Abraham, T. (2004). Maladaptive Perfectionism as a mediator and moderator between adult attachment and depressive mood. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 2, 201-212.
- Yao, M. (2009). An exploration of multidimensional perfectionism, academic self-efficacy, procrastination frequency, and Asian American cultural values in Asian American university students. *Disertación doctoral no publicada*, Ohio State University, Ohio: USA