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 en la universidad: talleres psicoeducativos, una intervención preventiva.

Miracco, Mariana, Scappatura, María Luz, Traiber, Liliana, De Rosa, Lorena, Arana, Fernan, Lago, Adriana, Partarrieu, Andres, Galarregui, Marina, Nusshold, Patricio Tomas y Keegan, Eduardo.

Cita:

Miracco, Mariana, Scappatura, María Luz, Traiber, Liliana, De Rosa, Lorena, Arana, Fernan, Lago, Adriana, Partarrieu, Andres, Galarregui, Marina, Nusshold, Patricio Tomas y Keegan, Eduardo (2012). *Perfeccionismo en la universidad: talleres psicoeducativos, una intervención preventiva. 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/000-072/290

ARK: https://n2t.net/ark:/13683/emcu/Gaa

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 EN LA UNIVERSIDAD: TALLERES PSICOEDUCATIVOS, UNA INTERVENCIÓN PREVENTIVA

Miracco, Mariana - Scappatura, María Luz - Traiber, Liliana - De Rosa, Lorena - Arana, Fernan - Lago, Adriana - Partarrieu, Andres - Galarregui, Marina - Nusshold, Patricio Tomas - Keegan, Eduardo

Instituto de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires

Resumen

El presente trabajo describe la implementación de talleres psicoeducativos en estudiantes universitarios, como una intervención psicológica preventiva, dentro de la Psicología de la Salud. El valor preventivo de las intervenciones psicoeducativas fue destacado por la Organización Mundial de la Salud, cuyos informes muestran su papel en la reducción de la prevalencia de distintos trastornos y en su identificación temprana, permitiendo la instauración de tratamientos eficaces. Los talleres, como intervención psicoeducativa, propician un contexto de aprendizaje cuyo principal objetivo es facilitar el cambio cognitivo y fomentar el desarrollo de estrategias de afrontamiento más saludables.

El perfeccionismo es concebido hoy en día como un constructo multidimensional, que incluye tanto aspectos adaptativos o funcionales como desadaptativos o disfuncionales, ambos asociados con altos estándares de desempeño. Se ha destacado en diversos estudios la elevada prevalencia del perfeccionismo en el ámbito académico, que en muchos casos se asocia con un gran malestar psicológico y un deterioro en el rendimiento esperado. Estos hallazgos fundamentan la pertinencia de la intervención psicoeducativa implementada, como parte de un proyecto UBACyT cuyo principal objetivo es evaluar su eficacia. Se discute la relevancia e impacto de la mencionada intervención, así como aspectos a continuar indagando en futuros estudios.

Palabras Clave
Perfeccionismo estudiantes talleres prevencion

Abstract

PERFECTIONISM IN THE UNIVERSITY: PSYCHOEDUCATIONAL WORKSHOPS, A PREVENTIVE INTERVENTION

This paper describes the implementation of psychoeducational workshops for university students, as a preventive psychological intervention, within the realm of health psychology. The preventive value of psychoeducational interventions has been highlighted by World Health Organization's reports that show its role in the reduction of the prevalence of several disorders and their early detection, allowing for the implementation of effective approaches. Workshops, as psychoeducational interventions, favor a learning context the main goal of which is to facilitate cognitive change and to promote the development of healthier coping strategies.

Perfectionism is conceived nowadays as a multidimensional construct that includes adaptive as well as maladaptive aspects, both associated with high goal standards. Several studies have highlighted the elevated prevalence of perfectionism in the academic field, which in many cases is associated with great psychological distress and a decline in expected academic achievement. These findings support the pertinence of the psychoeducational intervention implemented in our UBACyT project, the main goal of which is to evaluate its efficacy. The relevance and impact of the aforementioned intervention are discussed, as well as aspects to be investigated in future research studies.

Key Words
Perfectionism students workshops prevention

La prevención en salud mental, postura de la OMS

La Organización Mundial de la Salud (2004) plantea la necesidad de llevar a cabo intervenciones de promoción y de prevención en salud mental. Para reducir la carga sobre la salud, el peso social y económico de los trastornos mentales, resulta esencial que los países y regiones presten mayor atención a la prevención y promoción de la salud mental al nivel de formulación de políticas de salud. La medicina y la prevención basadas en la evidencia, estimulan el uso del mejor conocimiento disponible sobre investigación sistemática, para la toma de decisiones en la práctica clínica y de salud pública.

Las actividades de promoción implican la creación de condiciones individuales, sociales y ambientales que permitan el óptimo desarrollo psicológico y psicofisiológico de las personas. Dichas iniciativas involucran a los individuos en el proceso de lograr una salud mental positiva, mejorar la calidad de vida y reducir la diferencia en expectativa de salud entre países y grupos.

Las intervenciones preventivas tienen el objetivo de reducir la incidencia, prevalencia y recurrencia de los trastornos mentales, el tiempo en que las personas permanecen con los síntomas o la condición de riesgo para desarrollar una enfermedad mental, previniendo o retardando las recurrencias y disminuyendo también el impacto que ejerce la enfermedad. Desde esta perspectiva es

que existen dispositivos orientados tanto a la prevención como al afrontamiento saludable de diversas patologías.

Los talleres como modalidad de intervención preventiva.

Los talleres psicoeducativos resultan un dispositivo preventivo por excelencia, apuntando a la transmisión y elaboración de información que intenta influenciar un proceso de cambio (Sánchez, 1996; Farkas, Hernández & Santelices, 2010). Por medio de los mismos se busca potenciar las capacidades y recursos propios de las personas, en pos de su salud y su bienestar.

Se ha dado cuenta de los procesos de cambio observados a partir de ciertas intervenciones psicoeducativas (Farkas, Hernández & Santelices, 2010). Si bien éstas se diferenciarían de los procesos psicoterapéuticos en diversos aspectos, pueden asimilarse en cuanto intervenciones orientadas a la modificación de hábitos, cogniciones y actitudes disfuncionales.

El contexto universitario representa un escenario propicio para la intervención psicoeducativa. La realización de una carrera con la concomitante construcción del rol profesional representa un desafío importante para la vida y la identidad de las personas. Por ende, en dicho proceso suelen presentarse dificultades que, cuanto más tempranamente sean abordadas, menor será su impacto negativo en la salud y en las expectativas de rendimiento académico de los estudiantes. Es en este contexto que los talleres representan un dispositivo eficiente para la prevención y promoción de la salud en los estudiantes.

Diversas experiencias que se han llevado a cabo en el ámbito universitario dan cuenta de la adecuación de las intervenciones psicoeducativas en dicho contexto. Por ejemplo, el trabajo de Sender Romeo y Salamero Beró (2007) describe una experiencia de talleres psicoeducativos con estudiantes de la carrera de medicina en España, realizada a partir de la observación del incremento en la demanda de consulta psicológica ante estresores académicos puntuales, tales como exámenes relevantes para la carrera de acuerdo a la significación otorgada a los mismos por parte de los estudiantes.

El perfeccionismo en el ámbito académico

En la actualidad el perfeccionismo es concebido como un constructo multidimensional. Si bien en un momento inicial de estudio sobre el fenómeno se consideró al mismo como negativo, en el presente se lo aprecia en aspectos tanto adaptativos o funcionales como desadaptativos o disfuncionales.

Los perfiles perfeccionistas adaptativos y desadaptativos se corresponden con la visión que ha brindado Hamachek (1978). El autor menciona dos tipos de perfeccionismo: uno adaptativo o normal, y otro desadaptativo o neurótico.

Los primeros implican altos estándares de desempeño, visión realista y más flexible de estos estándares, satisfacción a partir de los propios logros y motivación a alcanzar excelentes performances por la propia necesidad de mejorar los logros. En cambio, los rasgos desadaptativos conllevan una visión poco realista y rígida de los altos estándares impuestos, dificultad en obtener satisfacción a partir de los propios logros, necesidad de tener un rendimiento excelente para evitar evaluaciones negativas por parte de los demás (Wu & Wei, 2008).

La evidencia muestra que los perfeccionistas saludables o adaptativos poseen la destreza de verse a sí mismo como exitosos aún cuando sus altos estándares no se hayan alcanzado completamente (Hamachek, 1978), mientras que los desadaptativos experimentan un fuerte deseo de evitar el fracaso y se sienten vulnerables frente a la posibilidad de que se los critique (Blatt, 1995). Al centrarse en los errores pierden el foco de los pensamientos relevantes para llevar a cabo una tarea, y esto se refleja en un pobre desempeño (Frost & Henderson, 1991).

Por otro lado, se han podido determinar condiciones favorables para los perfiles perfeccionistas adaptativos, tales como mejor criterio de realidad, mejor integración académica, y condiciones desfavorables para los desadaptativos, como por ejemplo, depresión clínica. Resulta de gran importancia la correlación existente entre el perfeccionismo y las creencias irracionales que favorecen al distrés psicológico entre estudiantes adolescentes (Flett, Hewitt, Man, & Cheng, 2008).

El estudio del perfeccionismo entre estudiantes universitarios resulta de alta relevancia en nuestro medio, por encontrarse asociado a psicopatología en general (Alden, Bieling, & Wallace, 1994; Hewitt & Flett, 1991; Juster et. al., 1996). En estudiantes universitarios argentinos se ha podido verificar una asociación entre distrés psicológico y perfeccionismo (Arana, Scappatura, Lago, & Keegan, 2007).

Nuestra investigación

El desarrollo de los talleres se enmarcó en un proyecto de investigación UBACyT (P031 Programación 2008/2010) denominado: "Un estudio sobre perfeccionismo en estudiantes universitarios argentinos y su relación con malestar psicológico, percepción de calidad de vida y rendimiento académico", de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires.

El proyecto de investigación estuvo orientado a determinar los perfiles de perfeccionismo presentes en estudiantes universitarios argentinos, con el fin de poder identificar los sujetos que presentaran un perfil de perfeccionismo adaptativo o funcional y aquellos que presentaran un perfil de perfeccionismo desadaptativo. Se buscó verificar si existía una asociación entre dichos perfiles, el malestar psicológico (sintomatología ansiosa-depresiva), la percepción de calidad de vida y el rendimiento académico. La muestra estuvo conformada en total por 571 sujetos, hombres y mujeres entre 18 y 30 años de edad, pertenecientes a tres unidades académicas universitarias, distribuidos en tres momentos diferentes de cursada de la carrera. En una primera etapa los sujetos completaron los siguientes cuestionarios autoadministrados: Cuestionario Sociodemográfico, elaborado por el equipo, que incluyó medidas de rendimiento académico (promedio percibido y nota de la materia que cursaba al momento de la toma); la APS-R (Almost Perfect Scale-Revised, de Slaney, Mobley, Trippi, Ashby, & Johnson, 1996; adaptación: Arana, Rutsztein, & Keegan, 2009), BDI-II (Beck, A., Steer, R.A y Brown G.K., 1996; adaptación: Breñilla, M.E. y Rodríguez, C.M., 2006), STAI (State-Trait Anxiety Inventory, Spielberberg y cols, 1970; adaptación: Leibovich de Figueroa, 1991), el Inventario de Calidad de Vida Percibida (ICV, Mikulic, 2006) y la Escala de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPS-A, Casullo, 2002). Se realizó una entrevista individual semi-estructurada con aquellos sujetos que presentaban perfeccionismo

desadaptativo y puntajes elevados de malestar psicológico con el fin de evaluar presencia de un trastorno clínico en eje I según DSM IV TR (APA, 2002). Aquellos individuos que presentaron criterios de trastorno clínico fueron derivados a instituciones de salud pública. Se realizaron luego dos talleres psicoeducativos en dos de las unidades académicas que compusieron la muestra, en función de los elevados niveles de perfeccionismo desadaptativo hallados en las mismas. El proyecto incluye asimismo la revisión, traducción y adaptación de guías psicoeducativas sobre el tema en base a nuestros resultados y a guías desarrolladas por universidades extranjeras.

La experiencia de los talleres

El objetivo de los talleres estuvo vinculado a la promoción y prevención en salud mental de los estudiantes universitarios a partir de una intervención psicoeducativa sobre el perfeccionismo.

Cada uno constó de una presentación, de 30 minutos de duración aproximadamente, cuyos objetivos generales fueron:

- Brindar información acerca del perfeccionismo y los principales problemas asociados al mismo en el entorno universitario.

- Tomar conciencia de los aspectos disfuncionales de ciertos patrones de comportamiento vinculados al perfeccionismo.

- Tomar conciencia de las posibles consecuencias de sostener dichos patrones, en términos del desempeño académico y de salud mental.

- Contrastarlo con patrones más saludables de estudio y de afrontamiento a las exigencias universitarias.

- Proveerlos de estrategias útiles para el manejo del perfeccionismo desadaptativo.

- Posibilitar un espacio donde los estudiantes puedan reflexionar y adquirir una actitud crítica respecto de estos temas.

Estructura del taller

El taller se dividió en tres partes:

1)Un primer momento, previo a la exposición, estuvo orientado a conocer las creencias asociadas al perfeccionismo que presentaban los estudiantes antes de recibir información sobre el tema y a los fines de generar disparadores para el cierre de la exposición y puesta en común con los participantes. Con este objetivo, se le entregó a cada uno de los estudiantes presentes un cuestionario con las siguientes preguntas:

¿Cómo definirías a una persona perfeccionista?

¿Creés que es una característica que ayuda o dificulta el desempeño? ¿Por qué?

¿Creés que influye en la carrera universitaria? Si creés que sí, ¿de qué manera?

2)Un segundo momento, de exposición propiamente dicha, en el que se presentaron los siguientes temas:

Características generales del perfeccionismo

Se brindaron diferentes definiciones del constructo y sus características principales en lo que respecta al contexto de la universidad. Se describió al perfeccionismo como un rasgo que suele estar presente en el entorno universitario al confrontar a los estudiantes con situaciones de alta competitividad y exigencia personal. Se destacaron los aspectos característicos del perfeccionismo en este contexto, tales como la búsqueda de un desempeño académico ideal, que se acompaña en ocasiones de emociones displacenteras.

La doble vertiente del perfeccionismo

Se describieron los aspectos "positivos" y los aspectos "negativos" del perfeccionismo. Se presentó la vertiente adaptativa o funcional del constructo y el modo en que suele presentarse en el contexto académico a través de la superación de las propias metas o de la búsqueda de altos niveles de desempeño en la universidad de un modo flexible. Se presentó el contrapunto con la vertiente desadaptativa o disfuncional del perfeccionismo, caracterizada por la discrepancia que existe entre los objetivos de estudio o de rendimiento que se imponen los estudiantes y la percepción que tienen los mismos acerca de su desempeño real o acerca de las posibilidades de alcanzarlos.

Perfeccionismo desadaptativo en la universidad

Se expusieron las características principales de esta vertiente del perfeccionismo en lo que respecta al contexto universitario, en el que suele aparecer la rigidez en la imposición de ciertas metas, la escasa tolerancia a no alcanzar las mismas o la realización de valoraciones personales en función del desempeño obtenido en los objetivos propuestos. Se describieron los problemas más frecuentes entre los estudiantes universitarios con este perfil de perfeccionismo, tales como la preocupación excesiva por el nivel de desempeño académico, el temor a cometer errores o a obtener calificaciones más bajas de lo que desearían tener y la dificultad en la aceptación de críticas. Se postularon estas situaciones como inherentes a la condición de estudiantes en la que se encuentran, en la cual el hecho de cometer errores por ejemplo, resulta esperable para el proceso de aprendizaje.

Consecuencias del perfeccionismo desadaptativo

Se postularon las principales consecuencias del perfeccionismo desadaptativo y de los problemas anteriormente mencionados tanto en lo que respecta al desempeño académico como en lo que hace a la salud mental de los estudiantes, al incrementar la vulnerabilidad psicológica de los mismos. Una de las consecuencias más frecuentes suele ser la postergación de exámenes o presentaciones, ya sea por temor a obtener un bajo rendimiento o por la búsqueda de un desempeño "perfecto". La sobreexigencia que esto implica suele acompañarse de sensación de fatiga y estrés, así como por la presencia de baja autoestima, pesimismo o culpa. Esto lleva en muchas ocasiones a importantes dificultades a nivel del rendimiento a pesar de tener expectativas muy altas en relación al mismo.

Círculo vicioso del perfeccionismo

A partir de un ejemplo característico del contexto universitario, se describió el círculo vicioso a partir del cual se mantiene una tendencia

perfeccionista a pesar de las consecuencias negativas que la misma suele acarrear sobre el desempeño y sobre el bienestar psicológico. Los estudiantes universitarios con un perfil de perfeccionismo desadaptativo suelen imponerse metas sumamente elevadas y difíciles de alcanzar tales como "obtener excelentes calificaciones en todas las materias" o "no cometer ningún error en sus exámenes". Es frecuente por lo tanto, que se encuentren con importantes obstáculos a la hora de cumplir dichas metas, experimentando emociones como la frustración o el enojo. La presión constante por conseguir la perfección y el intenso temor a fallar suele tener un impacto en la autoestima y acarrear una reducción en la efectividad y productividad al trabajar sobre los objetivos propuestos. En caso de fallar, los perfeccionistas desadaptativos suelen abandonar por completo sus metas o bien "redoblar la apuesta", exigiéndose a sí mismos esforzarse aún más para alcanzarlas. Además, suelen imponerse nuevas metas partiendo de la premisa de que "si se esfuerzan una vez más las conseguirán", poniendo el círculo en movimiento nuevamente.

Estrategias posibles para abordar el perfeccionismo

Este apartado estuvo orientado a incrementar las habilidades de los estudiantes para un manejo más adecuado del perfeccionismo en el ámbito académico. Se intentó a través de este medio, realizar un aporte a la adquisición de patrones más saludables de estudio y de búsqueda de logros en la universidad por parte de los estudiantes. Con este objetivo, se aportaron algunas estrategias que pudiesen resultar de utilidad a los estudiantes. Algunas de ellas fueron: establecer objetivos realistas y alcanzables, planificar objetivos de manera secuencial, evitar hacer razonamientos extremos acerca de los objetivos, en términos de "éxito total" o "fracaso absoluto", focalizarse en el aprendizaje y la gratificación que puede proporcionar el hecho mismo de realizar una tarea y no sólo en los resultados obtenidos, entre otras. Asimismo, se intentó fomentar un espíritu crítico respecto de determinar el valor de las personas en función de los logros o fracasos, intentando incentivar una actitud de aceptación hacia uno mismo.

3)El tercer y último momento del taller, se orientó a brindar un espacio de reflexión y discusión sobre de los temas expuestos en la presentación. Se fomentaron los aportes de los estudiantes sobre sus propias experiencias vinculadas al perfeccionismo en la universidad y se realizó el cierre del encuentro.

A los fines de evaluar el grado de comprensión y el posible impacto del taller, luego de finalizado el mismo se le entregó a cada uno de los estudiantes presentes un cuestionario con una serie de preguntas referidas al grado de claridad de la exposición así como a la estimación de la utilidad de la información brindada y de las estrategias propuestas.

Conclusiones

La experiencia vinculada con los talleres realizados nos permitió corroborar la importancia del dispositivo para el contexto académico. Los hallazgos de nuestra investigación destacaron la relevancia del perfeccionismo desadaptativo en nuestra población universitaria, de ahí la importancia de propiciar intervenciones preventivas para moderar el impacto y las consecuencias del mismo sobre los estudiantes. Futuros trabajos podrán dar cuenta de los procesos de cambio involucrados en estas intervenciones, así como de las diversas modalidades y posibles implementaciones en función de las características específicas de los distintos perfiles de estudiantes, por ejemplo en función de la carrera.

Bibliografia

Alden, L. E., Bieling, P. J., & Wallace, S. T. (1994). Perfectionism in an interpersonal context: A self-regulation analysis of dysphoria and social anxiety. Cognitive Therapy and Research, 18, 297-316.

American Psychiatric Association (2002). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (Cuarta Versión Revisada) (DSM IV TR). Washington DC: APA.

Antony, M., Purdon, C., Huta, V., & Swinson, R. (1998). Dimensions of perfectionism across the anxiety disorders. Behaviour Research and Therapy, 36, 1143-1154.

Arana, F. G., Scappatura, M. L, Lago A. E., & Keegan, E. G. (2006). Traducción y adaptación de una medida multidimensional de perfeccionismo: la escala APS-R (Almost Perfect Scale Revised). Fase preliminar. Memorias de las XIII Jornadas de Investigación y Segundo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR: Paradigmas, métodos y técnicas, 3, 22-24.

Arana, F. G., Scappatura, M. L., Lago, A. E., & Keegan, E. G. (2007).
"Perfeccionismo adaptativo y desadaptativo y malestar psicológico en estudiantes universitarios argentinos: un estudio exploratorio utilizando el APS-R". En Memorias de las XIV Jornadas de Investigación en Psicología. Tercer Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR: La Investigación en Psicología, su Relación con la Práctica y la Enseñanza, Tomo I, pp. 24-25.

Arana, F. G., Scappatura, M. L., Miracco, M., Elizathe, L., Rutsztein, G., & 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, 16, 17-24.

Arana, F.G., Keegan, E.G. & Rutsztein, 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.

Beck, A., Steer, R.A y Brown G.K. (1996). Beck Depression Inventory (Second edition). The Psychological Corporation, USA.

Blatt, S. J. (1995). "The destructiveness of perfeccionism: implication for
The treatment of depression". American Psychologist, 50, 1003-1020.

Brenlla, M.E. y Rodríguez, C.M. (2006). Inventario de Depresión de Beck: BDI II/ Aaron Beck; Robert Steer; Gregory Brown. 1º ed. Buenos Aires: Paidós.

Casullo, M. (2002). Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica. En Casullo, M. (Ed.) Evaluación del bienestar psicológico. Buenos Aires. Paidós.

Farkas, C., Hernández, B.E., & Santelices, M. P. (2010). Análisis de momentos de cambio en el proceso terapéutico adelantado bajo la modalidad de un taller grupal psicoeducativo con embarazadas primigestantes. Universitas Psicológica, 9 (2), 409-422.

Flett, G.L., Hewitt, P.L., Man, W. & Cheng, W. (2008). Perfectionism, Distress, and Irrational Beliefs in High School Students: Analyses with an Abbreviated Survey of Personal Beliefs for Adolescents. J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther 26, 194–205.

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

Frost, R. O. & Henderson, K. J. (1991). "Perfectionism and reactions to Athletic competition. Journal of Sport & Exercise Psychology, 13, 323-335.

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

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. Journal of Personality and Social Psychology, 60, 456-470.

Juster, H. R., Heimberg, R. G., Frost, R. O., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Faccenda, K. (1996). Social phobia and perfectionism. Personality and Individual Differences, 21, 403-410.
Leibovich de Figueroa, N. (1991). Ansiedad. Algunas concepciones teóricas y su evaluación. En M.M. Casullo, N. Leibovich de Figueroa & M. Aszkenazi (Eds.), Teoría y técnicas de evaluación psicológica (pp. 123-155). Buenos Aires: Psicoteca.
Mikulic, I. M. (2007). Calidad de Vida: Aportes del Inventario de Calidad de Vida Percibida y del Inventario de Respuestas de Afrontamiento a la Evaluación Psicológica. Ficha de Cátedra. Dep. de Publicaciones. Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires.
Organización Mundial de la Salud (2004). Prevención primaria de los trastornos mentales. Intervenciones efectivas y opciones de políticas. Informe compendiado. Ginebra.
Sánchez, A. (1996). Psicología comunitaria: bases conceptuales y métodos de intervención. Barcelona: Ediciones EUB.
Sender Romeo, R. & Salamero Beró, M. (2007). Programa de Atención Psicológica para los alumnos de la Facultad de Medicina de la Universidad de Barcelona. Educación Médica 10 (4): 252-257.
Slaney, R. B., Mobley, M., Trippi, J., Ashby, J. S., & Johnson, D. (1996). Almost Perfect Scale-Revised. Escala no publicada, The Pennsylvania State University, University Park.
Spielberger, C. D. Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). Manual for the State/Trait Ansiety Inventory. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
Wu, T.F. & Wei, M. (2008). Perfectionism and negative mood: The mediating roles of validation from others versus self. Journal of Counseling Psychology, 55 , 276-288.