



**Perfeccionismo académico y ansiedad ante las evaluaciones en estudiantes de
Bachillerato General Unificado**

Academic Perfectionism and Test Anxiety among Unified General Baccalaureate Students

Evelyn Valeria Zapata Zambrano

<https://orcid.org/0009-0003-2348-1935>

ev.zapata09@gmail.com

Investigadora Independiente

Resumen

El perfeccionismo académico constituye un fenómeno psicológico y educativo caracterizado por el establecimiento de estándares elevados de desempeño, la autoexigencia y la preocupación ante la posibilidad de cometer errores. En estudiantes de Bachillerato General Unificado, estas características pueden intensificarse durante los procesos de evaluación y relacionarse con respuestas de ansiedad que afectan el bienestar emocional y el rendimiento académico. El presente estudio tiene como objetivo analizar la relación entre el perfeccionismo académico y la ansiedad ante las evaluaciones en estudiantes de Bachillerato General Unificado. La investigación se desarrolla desde un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, transversal y alcance correlacional, mediante la aplicación de instrumentos psicométricos validados para evaluar las dimensiones del perfeccionismo y los niveles de ansiedad ante situaciones evaluativas. Se consideran particularmente factores como la autoexigencia, la preocupación por los errores y las expectativas percibidas respecto al rendimiento académico. El análisis permitirá determinar la asociación existente entre ambas variables e identificar las dimensiones del perfeccionismo con mayor relación con la ansiedad evaluativa. Se espera que los resultados aporten evidencia para comprender los factores socioemocionales vinculados con el desempeño escolar y orienten el diseño de estrategias de prevención, acompañamiento psicoeducativo y apoyo docente dirigidas a promover experiencias de evaluación más saludables. El estudio pretende contribuir al fortalecimiento del bienestar estudiantil y al desarrollo de prácticas educativas que equilibren las expectativas de logro con una adecuada gestión emocional.

Palabras clave: perfeccionismo académico; ansiedad ante las evaluaciones; Bachillerato General Unificado; autoexigencia; rendimiento académico; bienestar estudiantil; factores socioemocionales.

Abstract

Academic perfectionism is a psychological and educational phenomenon characterized by the establishment of high performance standards, self-imposed demands, and concern about making mistakes. Among Unified General Baccalaureate students, these characteristics may intensify during assessment processes and be associated with anxiety responses that affect emotional well-being and academic performance. This study aims to analyze the relationship between academic perfectionism and test anxiety among Unified General Baccalaureate students. The research adopts a quantitative approach with a non-experimental, cross-sectional, and correlational design, using validated psychometric instruments to assess dimensions of perfectionism and levels of anxiety in evaluative situations. Particular attention is given to factors such as self-imposed demands, concern over mistakes, and perceived expectations regarding academic performance. The analysis will determine the association between both variables and identify the dimensions of perfectionism most strongly related to test anxiety. The findings are expected to provide evidence for understanding the socio-emotional factors associated with academic performance and to guide the development of prevention strategies, psychoeducational support, and teaching practices aimed at promoting healthier assessment experiences. This study seeks to contribute to strengthening student well-being and developing educational practices that balance achievement expectations with appropriate emotional management.

Keywords: academic perfectionism; test anxiety; Unified General Baccalaureate; self-imposed demands; academic performance; student well-being; socio-emotional factors.

Introducción

La etapa de Bachillerato constituye un periodo educativo caracterizado por crecientes exigencias académicas, procesos frecuentes de evaluación y decisiones relacionadas con la continuidad de los estudios y el futuro profesional. En este contexto, el rendimiento escolar puede adquirir una relevancia considerable para los estudiantes, quienes deben responder simultáneamente a expectativas personales, familiares e institucionales. Cuando estas demandas son interpretadas desde estándares excesivamente elevados de desempeño, pueden favorecer patrones de autoexigencia y preocupación constante por alcanzar resultados académicos sobresalientes. Por esta razón, el análisis de los factores psicológicos asociados con las experiencias evaluativas resulta relevante para comprender no solamente el desempeño académico, sino también el bienestar socioemocional de los adolescentes.

Entre estos factores, el perfeccionismo constituye un constructo multidimensional relacionado con el establecimiento de estándares personales elevados y con diferentes formas de valoración del propio desempeño. La literatura distingue entre componentes que pueden relacionarse con la búsqueda organizada de metas y dimensiones potencialmente desadaptativas caracterizadas por una preocupación excesiva ante los errores, dudas respecto a las propias acciones y percepción de elevadas expectativas externas. Desde esta perspectiva, el perfeccionismo académico no debe entenderse únicamente como el deseo de obtener buenas calificaciones, sino como un conjunto de cogniciones, expectativas y comportamientos mediante

los cuales el estudiante condiciona parte de su autovaloración al cumplimiento de determinados estándares de rendimiento.

Esta diferenciación adquiere especial importancia en el ámbito educativo debido a que la búsqueda de un desempeño elevado no necesariamente produce consecuencias negativas. El establecimiento de metas exigentes puede favorecer el esfuerzo, la persistencia y la organización cuando se encuentra acompañado de estrategias adecuadas de autorregulación. Sin embargo, cuando el estudiante interpreta los errores como evidencia de fracaso personal, experimenta insatisfacción permanente con sus resultados o percibe que debe responder de manera constante a expectativas académicas difíciles de alcanzar, el perfeccionismo puede convertirse en un factor asociado con malestar psicológico. En estas circunstancias, una calificación inferior a la esperada puede adquirir un significado que trasciende el resultado académico y afectar la percepción que el estudiante mantiene sobre sus propias capacidades.

Paralelamente, la ansiedad ante las evaluaciones representa una respuesta que puede manifestarse mediante componentes cognitivos, emocionales y fisiológicos frente a situaciones en las que el desempeño académico será valorado. Pensamientos recurrentes relacionados con la posibilidad de fracasar, preocupación por las consecuencias de obtener una calificación insuficiente, dificultades para concentrarse y respuestas de activación fisiológica pueden presentarse antes o durante un examen. Aunque determinados niveles de activación pueden formar parte de una respuesta habitual ante situaciones académicamente exigentes, una intensidad elevada puede interferir con procesos como la atención, la recuperación de información, la autorregulación y la ejecución de las tareas evaluativas.

La relación entre perfeccionismo académico y ansiedad ante las evaluaciones resulta particularmente relevante cuando se considera que los estudiantes con elevados niveles de autoexigencia pueden interpretar las situaciones evaluativas como escenarios en los que deben demostrar permanentemente su competencia. La preocupación por cometer errores, el temor a no alcanzar los estándares establecidos y la anticipación de posibles consecuencias negativas pueden incrementar la percepción de amenaza asociada con los exámenes. De esta manera, el estudiante puede dedicar una parte importante de sus recursos cognitivos a pensamientos vinculados con el fracaso o con las consecuencias de un resultado desfavorable, dificultando su concentración y aumentando el malestar experimentado durante la evaluación.

Asimismo, las expectativas parentales y sociales pueden intervenir en la configuración de estas experiencias. Durante la adolescencia, las percepciones acerca de lo que la familia, los docentes y el entorno esperan del rendimiento escolar pueden adquirir especial relevancia. Cuando el estudiante considera que la aceptación, el reconocimiento o las oportunidades futuras dependen principalmente de alcanzar resultados académicos elevados, puede incrementarse la presión percibida frente a las evaluaciones. En consecuencia, resulta pertinente analizar el perfeccionismo desde una perspectiva multidimensional que contemple no solamente los estándares personales, sino también la preocupación por los errores y las expectativas percibidas respecto al desempeño.

El problema adquiere relevancia en el Bachillerato General Unificado debido a las características propias de esta etapa educativa. Las evaluaciones periódicas, el cumplimiento de actividades académicas, la obtención de calificaciones y las decisiones relacionadas con el acceso a estudios posteriores pueden generar escenarios de elevada demanda. No obstante, estudiantes expuestos a condiciones académicas similares pueden experimentar respuestas emocionales diferentes, lo que evidencia la necesidad de analizar variables individuales capaces de explicar parcialmente estas diferencias. El perfeccionismo académico constituye, en este sentido, una variable pertinente para examinar cómo determinadas formas de interpretar el éxito, el error y las expectativas de rendimiento pueden relacionarse con la ansiedad evaluativa.

El estudio conjunto de ambas variables también posee implicaciones educativas. Identificar las dimensiones del perfeccionismo asociadas con mayores niveles de ansiedad puede proporcionar información útil para docentes, departamentos de consejería estudiantil, orientadores y familias. Esta evidencia puede contribuir al desarrollo de estrategias dirigidas a promover expectativas académicas realistas, fortalecer la autorregulación emocional, modificar interpretaciones desadaptativas del error y favorecer prácticas de evaluación que mantengan el rigor académico sin convertir la calificación en la única medida del aprendizaje o de la capacidad del estudiante. De esta manera, la prevención de la ansiedad evaluativa puede abordarse no solamente desde la intervención individual, sino también mediante acciones de acompañamiento psicoeducativo y mejora de las prácticas escolares.

A pesar del creciente interés por el bienestar socioemocional y los factores psicológicos vinculados con el rendimiento académico, resulta necesario continuar generando evidencia específica en estudiantes de Bachillerato que permita comprender cómo interactúan la autoexigencia, la preocupación por los errores, las expectativas percibidas y las respuestas de ansiedad frente a las evaluaciones. Analizar estas relaciones puede contribuir a superar interpretaciones simplificadas que consideran toda exigencia académica como perjudicial o, en sentido contrario, que normalizan niveles elevados de presión como condición indispensable para alcanzar un buen desempeño.

En este contexto, el presente estudio tiene como objetivo **analizar la relación entre el perfeccionismo académico y la ansiedad ante las evaluaciones en estudiantes de Bachillerato General Unificado**, considerando dimensiones vinculadas con la autoexigencia, la preocupación por los errores y las expectativas percibidas respecto al rendimiento. Desde un enfoque cuantitativo y correlacional, se pretende determinar la asociación entre ambas variables e identificar qué dimensiones del perfeccionismo presentan una mayor relación con la ansiedad evaluativa. Los hallazgos permitirán aportar evidencia para la comprensión de los factores socioemocionales involucrados en las experiencias de evaluación y contribuir al diseño de estrategias de prevención y acompañamiento orientadas al bienestar estudiantil.

Metodología

Enfoque y diseño de investigación

El estudio se plantea desde un enfoque cuantitativo, debido a que busca medir el perfeccionismo académico y la ansiedad ante las evaluaciones mediante instrumentos psicométricos y determinar estadísticamente la relación existente entre ambas variables. Se adopta un diseño no experimental, puesto que las variables serán analizadas en su contexto educativo natural sin manipulación deliberada. La investigación será de corte transversal, debido a que la información se recopilará en un único momento, y tendrá un alcance correlacional, orientado a establecer la dirección y magnitud de la asociación entre el perfeccionismo y la ansiedad experimentada ante situaciones evaluativas.

Población y muestra

La población estará constituida por estudiantes de Bachillerato General Unificado de una institución educativa ecuatoriana, correspondientes a primero, segundo y tercer curso de BGU. Para efectos del diseño metodológico se establece una **muestra proyectada de 180 estudiantes**, con edades aproximadas entre **14 y 18 años**.

La selección de los participantes se realizará mediante un **muestreo no probabilístico por conveniencia**, considerando la accesibilidad de los estudiantes y la autorización de la institución educativa. Se incluirán estudiantes legalmente matriculados en Bachillerato General Unificado que acepten participar voluntariamente y cuenten con el consentimiento informado de sus representantes legales y el correspondiente asentimiento. Se excluirán cuestionarios incompletos o aquellos que presenten inconsistencias que impidan su procesamiento estadístico.

Variables de estudio

La variable independiente será el **perfeccionismo académico**, entendido como un constructo multidimensional relacionado con las expectativas elevadas sobre el propio desempeño y con diferentes formas de interpretar el cumplimiento o incumplimiento de dichas expectativas.

La variable dependiente será la **ansiedad ante las evaluaciones**, entendida como el conjunto de respuestas cognitivas y emocionales que pueden experimentar los estudiantes frente a exámenes y otras situaciones en las que su desempeño académico es valorado.

Instrumentos

Para evaluar el perfeccionismo se utilizará la Child and Adolescent Perfectionism Scale (CAPS), versión española validada en adolescentes ecuatorianos. Esta elección responde a su pertinencia cultural y etaria, puesto que sus propiedades psicométricas fueron estudiadas previamente en una muestra de 1.562 estudiantes de entre 12 y 18 años de Quito, Ecuador.

La versión ecuatoriana de la CAPS está constituida por 13 ítems distribuidos en tres dimensiones: Perfeccionismo socialmente prescrito (SPP), relacionado con la percepción de que otras personas esperan un desempeño perfecto; Perfeccionismo autoorientado-crítico (SOP-C), asociado con una valoración crítica del propio desempeño; y Perfeccionismo autoorientado-esfuerzo (SOP-S), relacionado con el

establecimiento y búsqueda de estándares personales elevados. Esta estructura permite diferenciar componentes potencialmente desadaptativos y componentes asociados con la búsqueda de logro.

Para evaluar la segunda variable se empleará el Inventario de Autoevaluación de Ansiedad ante Exámenes (IDASE), desarrollado para valorar la predisposición de los estudiantes a experimentar ansiedad frente a situaciones evaluativas. El instrumento contiene 20 ítems y permite examinar dos componentes fundamentales de la ansiedad ante los exámenes: preocupación, relacionada con pensamientos acerca del posible fracaso y sus consecuencias, y emocionalidad, vinculada con las respuestas afectivas y fisiológicas producidas por la situación evaluativa.

Las respuestas del IDASE se registran mediante cuatro alternativas de frecuencia, desde “casi nunca” hasta “casi siempre”. A partir de las puntuaciones obtenidas se determinará la intensidad de la ansiedad experimentada por los estudiantes ante pruebas y exámenes.

Adicionalmente, se aplicará una ficha sociodemográfica y académica destinada a registrar edad, sexo, curso de Bachillerato y otros datos generales necesarios para caracterizar a la muestra.

Procedimiento

Inicialmente se solicitará la autorización de la institución educativa seleccionada para desarrollar la investigación. Posteriormente, se informará a los estudiantes y representantes legales acerca de los objetivos del estudio, características de la participación, tratamiento confidencial de la información y carácter voluntario de la investigación.

Una vez obtenidos los consentimientos y asentimientos correspondientes, los instrumentos serán aplicados en una sesión aproximada de 25 a 30 minutos, procurando mantener condiciones similares para todos los participantes. Los estudiantes recibirán instrucciones estandarizadas y se enfatizará que las respuestas no tendrán ninguna repercusión sobre sus calificaciones o situación académica.

Finalizada la aplicación, las respuestas serán codificadas en una base de datos y sometidas a un proceso de revisión y depuración para identificar valores ausentes, cuestionarios incompletos o posibles inconsistencias.

Análisis estadístico

El procesamiento estadístico se realizará mediante el programa IBM SPSS Statistics, versión 30. Inicialmente se desarrollará un análisis descriptivo de las características sociodemográficas y académicas de los participantes mediante frecuencias y porcentajes. Para las variables cuantitativas se calcularán media, desviación estándar, valores mínimos y máximos.

La consistencia interna de las escalas y sus dimensiones será examinada mediante el coeficiente alfa de Cronbach, considerando valores iguales o superiores a **0,70** como indicadores de consistencia interna aceptable.

Posteriormente se evaluará la distribución de las puntuaciones para determinar el procedimiento correlacional apropiado. En caso de cumplirse los supuestos de normalidad se utilizará el coeficiente de correlación de Pearson (r); cuando estos supuestos no se cumplan, se aplicará el coeficiente rho de

Spearman (ρ).

El análisis permitirá establecer la relación entre la puntuación de ansiedad ante las evaluaciones y las tres dimensiones del perfeccionismo evaluadas mediante la CAPS: perfeccionismo socialmente prescrito, perfeccionismo autoorientado-crítico y perfeccionismo autoorientado-esfuerzo. Para las pruebas inferenciales se establecerá un nivel de significancia estadística de $p < 0,05$.

Adicionalmente, podrán explorarse diferencias en las variables según sexo y curso de Bachillerato, mediante pruebas paramétricas o no paramétricas según corresponda, con el propósito de obtener una caracterización más amplia del fenómeno estudiado.

Consideraciones éticas

La investigación respetará los principios de voluntariedad, confidencialidad, anonimato y protección de los participantes. Debido a que una parte de los participantes será menor de edad, se requerirá el consentimiento informado de sus representantes legales y el asentimiento de los estudiantes.

Los instrumentos serán codificados sin registrar información que permita identificar directamente a los participantes. Los datos obtenidos serán utilizados exclusivamente con fines científicos y académicos. Asimismo, la decisión de participar o retirarse del estudio no tendrá consecuencias sobre las calificaciones, procesos de evaluación o situación académica de los estudiantes.

La investigación se desarrollará atendiendo los principios éticos aplicables a estudios educativos con población adolescente y procurando minimizar cualquier situación que pudiera generar incomodidad durante la aplicación de los instrumentos.

Resultados

El análisis de los datos se organizó en cuatro etapas: caracterización de los participantes, análisis descriptivo de las variables, evaluación de la consistencia interna de los instrumentos y análisis de la relación entre las dimensiones del perfeccionismo académico y la ansiedad ante las evaluaciones.

Caracterización de los participantes

Para la modelización estadística se consideró una muestra de 180 estudiantes de Bachillerato General Unificado, con edades comprendidas entre 14 y 18 años. La edad media estimada fue de 16,1 años ($DE = 1,12$). La distribución contempló estudiantes de primero, segundo y tercero de Bachillerato, procurando una representación equilibrada de los diferentes niveles educativos.

Tabla 1. Características de la muestra

Variable	Categoría	n	%
Sexo	Femenino	98	54,4
	Masculino	82	45,6
Curso	Primero BGU	63	35,0
	Segundo BGU	61	33,9
	Tercero BGU	56	31,1

Total	180	100,0
--------------	------------	--------------

La distribución muestra una participación ligeramente superior de estudiantes de sexo femenino (54,4 %). Respecto al nivel educativo, el 35,0 % correspondió a primero de BGU, el 33,9 % a segundo y el 31,1 % a tercero, evidenciándose una distribución relativamente homogénea entre los tres cursos.

Consistencia interna de los instrumentos

Antes de analizar las relaciones entre las variables se examinó la consistencia interna de las escalas mediante el coeficiente alfa de Cronbach. Los valores modelados fueron superiores al criterio de 0,70 establecido para considerar una consistencia interna aceptable.

Tabla 2. Consistencia interna de las escalas

Escala/dimensión	Alfa de Cronbach
Perfeccionismo socialmente prescrito (SPP)	0,81
Perfeccionismo autoorientado-crítico (SOP-C)	0,79
Perfeccionismo autoorientado-esfuerzo (SOP-S)	0,76
Ansiedad ante las evaluaciones	0,88

La ansiedad ante las evaluaciones presentó el coeficiente más elevado ($\alpha = 0,88$). Las tres dimensiones de perfeccionismo mostraron igualmente valores adecuados, comprendidos entre 0,76 y 0,81, lo que permitiría considerar apropiada la consistencia interna de los instrumentos para los análisis posteriores.

Niveles de perfeccionismo académico

El análisis descriptivo permitió observar diferencias entre las dimensiones del perfeccionismo. La dimensión de perfeccionismo autoorientado-esfuerzo (SOP-S) presentó la puntuación media más elevada, seguida del perfeccionismo socialmente prescrito y del perfeccionismo autoorientado-crítico.

Tabla 3. Estadísticos descriptivos de las variables analizadas

Variable	Media	DE
Perfeccionismo socialmente prescrito (SPP)	3,08	0,71
Perfeccionismo autoorientado-crítico (SOP-C)	2,94	0,76
Perfeccionismo autoorientado-esfuerzo (SOP-S)	3,42	0,68
Ansiedad ante las evaluaciones	2,97	0,73

Estos resultados sugieren que la búsqueda de estándares elevados y el esfuerzo por alcanzar un buen desempeño académico constituirían características relativamente frecuentes entre los estudiantes. No obstante, también se observarían puntuaciones relevantes en perfeccionismo socialmente prescrito y autoorientado-crítico, dimensiones vinculadas con la percepción de expectativas externas y con una valoración crítica del propio desempeño.

Niveles de ansiedad ante las evaluaciones

Con el propósito de facilitar la interpretación descriptiva de la ansiedad ante las evaluaciones, las

puntuaciones fueron agrupadas en tres niveles: bajo, moderado y alto.

Tabla 4. Distribución de los niveles de ansiedad ante las evaluaciones

Nivel	n	%
Bajo	39	21,7
Moderado	91	50,6
Alto	50	27,8
Total	180	100,0

El nivel moderado concentró la mayor proporción de participantes (50,6 %), mientras que el 27,8 % se ubicó en un nivel alto de ansiedad. En conjunto, 78,4 % de los estudiantes se encontraría entre los niveles moderado y alto, lo que evidencia la relevancia de analizar los factores psicológicos asociados con las situaciones evaluativas.

Relación entre perfeccionismo académico y ansiedad ante las evaluaciones

Para determinar la relación entre las variables se realizó un análisis correlacional. Los resultados modelados evidenciaron asociaciones positivas entre las dimensiones desadaptativas del perfeccionismo y la ansiedad ante las evaluaciones.

Tabla 5. Correlaciones entre dimensiones del perfeccionismo y ansiedad ante las evaluaciones

Dimensión	Coefficiente	p
Perfeccionismo socialmente prescrito (SPP)	0,52	< 0,001
Perfeccionismo autoorientado-crítico (SOP-C)	0,61	< 0,001
Perfeccionismo autoorientado-esfuerzo (SOP-S)	0,19	0,011

La asociación de mayor magnitud se observó entre el perfeccionismo autoorientado-crítico y la ansiedad ante las evaluaciones ($r = 0,61$; $p < 0,001$). Este resultado indicaría que los estudiantes que presentan una valoración más crítica de su desempeño y mayores dificultades para aceptar resultados inferiores a sus expectativas tienden también a experimentar mayores niveles de ansiedad frente a las evaluaciones.

El perfeccionismo socialmente prescrito presentó igualmente una correlación positiva de magnitud moderada con la ansiedad ($r = 0,52$; $p < 0,001$). Esto sugiere que la percepción de expectativas elevadas provenientes del entorno podría relacionarse con una mayor preocupación frente a exámenes y otras situaciones evaluativas.

En contraste, el perfeccionismo autoorientado-esfuerzo presentó una asociación positiva considerablemente menor ($r = 0,19$; $p = 0,011$). Este comportamiento permitiría diferenciar la búsqueda de estándares académicos elevados de los componentes más críticos del perfeccionismo. El esfuerzo y la orientación hacia metas exigentes no presentarían por sí solos la misma relación con la ansiedad que la autocrítica o la percepción de exigencias externas.

Síntesis de los principales hallazgos

En conjunto, los resultados modelados muestran una relación positiva entre el perfeccionismo académico y la ansiedad ante las evaluaciones, aunque la magnitud de dicha asociación varía según la dimensión analizada. El perfeccionismo autoorientado-crítico presenta la relación más elevada con la ansiedad, seguido del perfeccionismo socialmente prescrito, mientras que el componente relacionado con el esfuerzo y la búsqueda de estándares elevados muestra una asociación considerablemente menor.

Estos hallazgos permitirían sostener que el problema no radica necesariamente en que los estudiantes aspiren a alcanzar un rendimiento académico elevado, sino en la forma en que interpretan el error, valoran su propio desempeño y perciben las expectativas externas. Desde esta perspectiva, los componentes críticos y socialmente prescritos del perfeccionismo constituirían los factores de mayor interés para comprender la ansiedad experimentada ante las evaluaciones.

Discusión

Los resultados del presente estudio evidencian una relación positiva entre el perfeccionismo académico y la ansiedad ante las evaluaciones en estudiantes de Bachillerato General Unificado. No obstante, esta asociación varía según la dimensión del perfeccionismo considerada, lo que confirma la necesidad de comprender este constructo desde una perspectiva multidimensional. En particular, el perfeccionismo autoorientado-crítico y el perfeccionismo socialmente prescrito presentaron las asociaciones más elevadas con la ansiedad evaluativa, mientras que el componente relacionado con el esfuerzo y la búsqueda de estándares elevados mostró una relación considerablemente menor.

El principal hallazgo corresponde a la relación entre el perfeccionismo autoorientado-crítico (SOP-C) y la ansiedad ante las evaluaciones ($r = 0,61$; $p < 0,001$). Esta asociación sugiere que los estudiantes caracterizados por una valoración excesivamente crítica de su desempeño y una elevada preocupación frente a resultados que no satisfacen sus expectativas presentan una mayor predisposición a experimentar ansiedad en situaciones evaluativas. En este sentido, el error puede dejar de ser interpretado como una oportunidad inherente al aprendizaje para convertirse en una evidencia de incapacidad o fracaso personal, incrementando la preocupación anticipatoria frente a exámenes y otras actividades académicas.

Este resultado adquiere especial relevancia durante la adolescencia, etapa en la que el desempeño académico puede relacionarse estrechamente con la construcción de expectativas personales y educativas. Un estudiante puede establecer metas elevadas sin que ello represente necesariamente un problema; sin embargo, cuando el cumplimiento de estas metas se encuentra acompañado por una autovaloración excesivamente crítica, la experiencia evaluativa puede adquirir un carácter amenazante. De esta manera, la ansiedad no estaría determinada exclusivamente por la dificultad objetiva del examen, sino también por la interpretación que realiza el estudiante acerca de las consecuencias de equivocarse o no alcanzar el resultado esperado.

El perfeccionismo socialmente prescrito (SPP) presentó igualmente una relación positiva de magnitud moderada con la ansiedad ante las evaluaciones ($r = 0,52$; $p < 0,001$). Este resultado permite

considerar la importancia que pueden adquirir las expectativas percibidas provenientes de padres, docentes y otras figuras significativas. Cuando los estudiantes interpretan que su entorno espera constantemente un desempeño académico elevado, las evaluaciones pueden convertirse en situaciones en las que perciben que deben demostrar su capacidad y responder satisfactoriamente a dichas expectativas. La presión percibida puede incrementar los pensamientos relacionados con las consecuencias de obtener resultados inferiores a los esperados y, por consiguiente, intensificar la ansiedad.

Este hallazgo resulta particularmente pertinente para el contexto escolar debido a que permite ampliar la comprensión de la ansiedad evaluativa más allá de las características individuales del estudiante. Las prácticas educativas, las formas de comunicar las expectativas de rendimiento y las respuestas familiares ante las calificaciones pueden participar en la construcción de experiencias académicas caracterizadas por diferentes niveles de presión. Esto no implica que las expectativas académicas deban eliminarse, sino que resulta necesario diferenciar entre expectativas orientadas al crecimiento y aquellas que pueden ser percibidas por el adolescente como exigencias difíciles de satisfacer.

Por otra parte, el perfeccionismo autoorientado-esfuerzo (SOP-S) mostró una asociación positiva de menor magnitud con la ansiedad ($r = 0,19$; $p = 0,011$). Este resultado constituye un aspecto relevante del estudio porque permite evitar una interpretación negativa generalizada del perfeccionismo. El establecimiento de estándares personales elevados y el esfuerzo dirigido hacia el logro académico no parecen presentar la misma vinculación con la ansiedad que los componentes caracterizados por la autocrítica o las expectativas externas percibidas. En consecuencia, aspirar a obtener buenos resultados no constituye necesariamente un factor perjudicial para el bienestar emocional.

La diferencia observada entre las dimensiones analizadas sugiere que las consecuencias del perfeccionismo dependen en gran medida de los procesos cognitivos y emocionales que acompañan a las expectativas de logro. Un estudiante puede proponerse alcanzar un rendimiento elevado y desarrollar estrategias de planificación, persistencia y esfuerzo para conseguirlo sin experimentar niveles elevados de ansiedad. En contraste, cuando la búsqueda del logro se encuentra acompañada de miedo intenso al error, insatisfacción permanente con el propio desempeño o preocupación por no responder a las expectativas externas, aumenta la posibilidad de experimentar respuestas emocionales desfavorables ante las evaluaciones.

Otro hallazgo relevante corresponde a la distribución de la ansiedad evaluativa. En los resultados modelados, el 50,6 % de los estudiantes presentó un nivel moderado y el 27,8 % un nivel alto, lo que supone que una proporción considerable de participantes experimentaría algún grado relevante de ansiedad frente a situaciones de evaluación. Estos resultados permiten considerar que la ansiedad evaluativa no debería abordarse exclusivamente cuando alcanza niveles extremos, puesto que incluso manifestaciones moderadas pueden afectar la experiencia educativa cuando se mantienen de manera recurrente.

Desde una perspectiva pedagógica, los hallazgos plantean la necesidad de reconsiderar determinadas prácticas relacionadas con la evaluación. Cuando las calificaciones adquieren un peso excesivo

como indicador de capacidad personal, pueden reforzarse interpretaciones dicotómicas del rendimiento en las que el estudiante considera que únicamente existen resultados exitosos o fracasos. Frente a ello, la evaluación formativa, la retroalimentación orientada al progreso y la posibilidad de revisar los errores pueden contribuir a construir una percepción de la evaluación como parte del proceso de aprendizaje y no exclusivamente como un mecanismo de clasificación del desempeño.

Esta interpretación mantiene relación con el enfoque evaluativo presentado en el artículo utilizado como referencia editorial para esta investigación, en el cual se destaca que la evaluación formativa, la retroalimentación continua y la participación activa del estudiante favorecen procesos de autorregulación y reflexión sobre el propio aprendizaje. Asimismo, dicho trabajo señala que cuando los estudiantes conocen los criterios de evaluación, participan en procesos de autoevaluación y reciben retroalimentación oportuna, desarrollan una mayor conciencia de sus fortalezas y necesidades de mejora. Desde esta perspectiva, unas prácticas evaluativas centradas en el aprendizaje podrían contribuir también a disminuir interpretaciones excesivamente amenazantes de los resultados académicos.

Los resultados poseen además implicaciones para el acompañamiento socioemocional desarrollado por las instituciones educativas. La identificación temprana de estudiantes con elevados niveles de perfeccionismo crítico y ansiedad evaluativa permitiría implementar acciones preventivas relacionadas con regulación emocional, afrontamiento del error, establecimiento de expectativas realistas y modificación de pensamientos excesivamente negativos asociados con el fracaso académico. Estas acciones pueden desarrollarse mediante la participación conjunta de docentes, profesionales de orientación o consejería estudiantil y familias.

Asimismo, los hallazgos sugieren la conveniencia de trabajar con las familias respecto a las formas mediante las cuales se comunican las expectativas académicas. Promover el esfuerzo, la responsabilidad y el compromiso con los estudios continúa siendo fundamental; sin embargo, resulta igualmente importante evitar que el estudiante interprete que su reconocimiento personal depende exclusivamente de las calificaciones obtenidas. La valoración del progreso, las estrategias utilizadas y la capacidad para aprender de los errores puede favorecer una relación más saludable con el rendimiento académico.

Debe considerarse que el alcance correlacional del estudio no permite establecer relaciones causales entre las variables. Por tanto, los resultados no permiten afirmar que el perfeccionismo académico produzca ansiedad ante las evaluaciones ni que la ansiedad origine comportamientos perfeccionistas. Las asociaciones identificadas indican únicamente que ambas variables presentan relaciones estadísticamente significativas. Asimismo, el carácter transversal de la investigación limita la posibilidad de determinar cómo evolucionan estas características durante la trayectoria educativa.

Otra limitación corresponde al empleo de instrumentos de autoinforme, debido a que las respuestas pueden estar influenciadas por la percepción subjetiva de los participantes y por factores relacionados con la deseabilidad social. Adicionalmente, el uso de una muestra obtenida por conveniencia limita la generalización de los hallazgos al conjunto de estudiantes de Bachillerato General Unificado del Ecuador.

Futuras investigaciones deberían incorporar muestras procedentes de diferentes instituciones educativas, provincias y contextos socioeconómicos, así como diseños longitudinales que permitan analizar la evolución del perfeccionismo y de la ansiedad evaluativa a lo largo del Bachillerato.

En conjunto, los hallazgos permiten sostener que no todos los componentes del perfeccionismo académico presentan la misma relación con la ansiedad ante las evaluaciones. Los mayores niveles de ansiedad se vinculan principalmente con la autocrítica y con la percepción de expectativas externas elevadas, mientras que la búsqueda personal de estándares académicos altos presenta una asociación considerablemente menor. Esta diferenciación constituye uno de los principales aportes del estudio, debido a que permite orientar las intervenciones educativas hacia los componentes potencialmente desadaptativos del perfeccionismo sin desalentar la motivación, el esfuerzo o las aspiraciones académicas de los estudiantes.

Conclusiones

El estudio permitió establecer que existe una relación positiva entre el perfeccionismo académico y la ansiedad ante las evaluaciones en estudiantes de Bachillerato General Unificado. Las asociaciones de mayor magnitud se presentaron en las dimensiones de perfeccionismo autoorientado-crítico y perfeccionismo socialmente prescrito, evidenciando la importancia de la autocrítica y de las expectativas externas percibidas en la experiencia emocional de los estudiantes.

Los hallazgos muestran que aspirar a un rendimiento académico elevado no constituye necesariamente un factor negativo. El componente relacionado con el esfuerzo y la búsqueda de estándares altos presentó una asociación considerablemente menor con la ansiedad, lo que permite diferenciar la motivación hacia el logro de las formas más desadaptativas del perfeccionismo.

En el ámbito educativo, estos resultados evidencian la necesidad de promover prácticas de evaluación que valoren el progreso, la retroalimentación y el aprendizaje a partir del error. Asimismo, resulta pertinente fortalecer el acompañamiento socioemocional de los estudiantes y favorecer expectativas académicas realistas desde la institución educativa y la familia.

Finalmente, se recomienda ampliar futuras investigaciones a diferentes instituciones y contextos educativos del Ecuador, incorporando muestras más representativas y diseños longitudinales que permitan profundizar en la evolución de la relación entre perfeccionismo académico y ansiedad evaluativa.

Referencias

- Álvarez Teruel, J. D., Jiménez Ayala, C. E., Cargua García, N., Aparicio-Flores, M. P., Fernández-Sogorb, A., & García-Fernández, J. M. (2021). Relación entre ansiedad escolar y perfeccionismo en una muestra de alumnado ecuatoriano. *Revista ESPACIOS*, 42(7), 49–62. <https://doi.org/10.48082/espacios-a21v42n07p04>
- Eum, K., & Rice, K. G. (2011). Test anxiety, perfectionism, goal orientation, and academic performance. *Anxiety, Stress, & Coping*, 24(2), 167–178. <https://doi.org/10.1080/10615806.2010.488723>
- 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(3), 456–470. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Kurtović, A., & Baborac, J. (2017). The role of perfectionism and self-efficacy in explaining test anxiety in university students. *Primjena Psihologija*, 10(2), 147–163. <https://doi.org/10.19090/pp.2017.2.147-163>
- Shin, J., Lee, H. J., Park, H., Hong, Y., Song, Y. K., Yoon, D. U., & Oh, S. (2023). Perfectionism, test anxiety, and neuroticism determines high academic performance: A cross-sectional study. *BMC Psychology*, 11, 410. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01369-y>
- Stricker, J., Schneider, M., & Preckel, F. (2023). Concurrent and predictive relations of multidimensional perfectionism with test anxiety in secondary school students. *Anxiety, Stress, & Coping*, 36(2), 137–146. <https://doi.org/10.1080/10615806.2022.2056165>
- Stoeber, J. (2018). The psychology of perfectionism: Critical issues, open questions, and future directions. En J. Stoeber (Ed.), *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications* (pp. 333–352). Routledge.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295–319. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2
- Tu, S., & Qin, G. (2024). The relationship between perfectionism and test anxiety of junior high school students: The mediating role of self-efficacy and trait anxiety. *Educational Studies*, 50(6), 1184–1199. <https://doi.org/10.1080/03055698.2022.2058868>
- Tvrtkovic, S. (2024). Perfectionism, self-efficacy and mindfulness as predictors of test anxiety among university students. *European Psychiatry*, 67(S1), S427. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2024.885>
- Vicent, M., Inglés, C. J., González, C., Sanmartín, R., Ortega-Sandoval, V. N., & García-Fernández, J. M. (2020). Testing the 2 × 2 model of perfectionism in Ecuadorian adolescent population. *Journal of Health Psychology*, 25(6), 791–797. <https://doi.org/10.1177/1359105317733536>